

**HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KECEPATAN LARI DENGAN
KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN
SEPAKBOLA SISWA SEKOLAH DASAR**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani



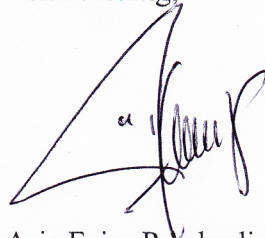
Oleh
Prima Aziz Afifi
NIM. 09604224056

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2013**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Hubungan Kelincahan dan Kecepatan Lari dengan Keterampilan Menggiring bola pada Permainan Sepakbola Siswa Sekolah Dasar” yang disusun oleh Prima Aziz Afifi, NIM.09604224056 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Agustus 2013
Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Aris Fajar Pambudi', written over a horizontal line.

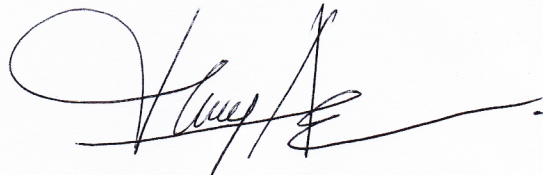
Aris Fajar Pambudi, M.Or.
NIP. 19820522 200912 1 006

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Agustus 2013
Yang menyatakan,


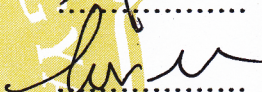
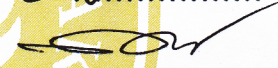



Prima Aziz Afifi
NIM. 09604224056

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Kelincahan dan Kecepatan Lari dengan Keterampilan Menggiring bola pada Permainan Sepakbola Siswa Sekolah Dasar” yang disusun oleh Prima Aziz Afifi, NIM.09604224056 telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, tanggal 30 September 2013 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Aris Fajar Pambudi, M.Or.	Ketua Penguji		06/11/2013
Herka Maya Jatmika, M.Pd.	Sekretaris Penguji		06/11/2013
Komarudin, M.A.	Penguji I (Utama)		01/11/2013
Dr. Sri Winarni	Penguji II (Pendamping)		06/11/2013

Yogyakarta, November 2013
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Plh. Dekan,



Drs. Sumarjo, M.Kes.

NIP. 19631217 199001 1 002

MOTTO

Khayalan dan impian kadang tidak seindah kenyataan, tetapi keyakinan harus selalu ada dan tertanam, untuk meraih keberhasilan.

(Prima)

Bukan besarnya ide yang akan menghebatkan kehidupan, tapi besarnya kesungguhan untuk bekerja ide apa pun.

(Mario Teguh)

Masa lalu yang jelek kadang membuat rasa trauma dan takut, tapi ambilah hikmah dibalik itu, dan lupakan masa lalu, berubahlah selagi masih hidup dan sebelum Dunia kiamat, dan yakinlah jika kita menanam benih yang baik pasti buahnya akan baik.

(Prima)

PERSEMBAHAN

KARYA INI KUPERSEMBAHKAN UNTUK :

1. Kedua Orang Tuaku tercinta, Bapak Solikhudin dan Ibu Nurkhayatin yang telah memberiku semangat, menjagaku, mendukungku, memberikan kebahagiaan dan segelanya. Maafkan segala kesalahan yang sering membuat bapak Ibu marah.
2. Eyang H. Ali “Alm”, Eyang Hj. Mus “Alm”, Eyang Arwah “Alm”, Eyang Mulyatin terimakasih atas do’a dan bimbingannya semasa kecil sampai sekarang.
3. Kakakku tercinta Mas Pipik, Mbak Vivien, Mbak Rina, Mas Tarom dan Adikku Nunung yang senantiasa memberikan semangat. Semoga kalian mendapatkan kemudahan dalam meraih cita-cita hingga kelak jadi orang yang berguna.
4. Tak lupa untuk Keponakan kecilku “Muhammad Dhabitsqi Alwan” yang lucu, disaat lagi jenuh Dia menghapus kejenuhan itu dengan tawa kecilnya yang sesekali diselingi tangisan manakala Aku menggodanya. Semoga kamu kelak bisa meraih semua cita dan harapan dengan mudah, sukses serta bisa membahagiakan Bapak Ibumu, amin

HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KECEPATAN LARI DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA SISWA SEKOLAH DASAR

Oleh
Prima Aziz Afifi
NIM. 09604224056

ABSTRAK

Keterampilan menggiring bola sebagian siswa SDN Pagerkasih I masih rendah. Hal ini terlihat pada saat permainan sepakbola berlangsung, bola masih mudah lepas dan terlalu jauh dari penguasaan, akibatnya bola mudah berpindah ke kaki lawan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) adakah hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepak bola; (2) adakah hubungan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola; dan (3) Untuk mengetahui adakah hubungan kelincahan dan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasional dengan teknik tes dan dokumentasi dalam pengambilan datanya. Tes untuk mengukur kelincahan digunakan *Shuttle Run Test* (Wahjoedi, 2000: 85). Tes untuk mengukur kecepatan lari menggunakan tes dari 40 meter diadaptasi dari Johnson, Barry. L & Nelson Jack .K. Tes untuk mengukur kemampuan menggiring bola digunakan tes menggiring bola (Nurhasan, 1986: 321). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra dan putri kelas IV dan V SD Negeri I Pagerkasih, Kecamatan Bumijawa, Kabupaten Tegal berjumlah 60 siswa. Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan korelasi *pearson prduct moment*.

Berdasar hasil penelitian dapat diambil kesimpulan: (1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola. Dengan koefisien korelasi nilai t_{hitung} sebesar 3,210 dengan nilai t_{tabel} sebesar 2,0017, ($t_{hitung} > t_{tabel}$). (2) Terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola. Dengan koefisien korelasi nilai t_{hitung} sebesar 2,730 dengan nilai t_{tabel} sebesar 2,0017, ($t_{hitung} > t_{tabel}$), dan (3) Secara bersama-sama terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola dengan koefisien korelasi nilai F_{hitung} sebesar 15,902 dengan nilai F_{tabel} sebesar 3,159, ($F_{hitung} > F_{tabel}$).

Kata kunci : *kelincahan, kecepatan lari, keterampilan menggiring bola*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah S.W.T, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dengan judul “Hubungan Kelincahan dan Kecepatan Lari dengan Keterampilan Menggiring bola pada Permainan Sepakbola Siswa Sekolah Dasar” dapat diselesaikan dengan lancar.

Selesainya penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. DR Rochmat Wahab, M.Pd., MA, selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
3. Bapak Sriawan, M.Kes. Selaku Kaprodi PGSD Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
4. Bapak Drs. Joko Purwanto, M.Pd. Selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing dari awal sampai ahir kuliah.
5. Bapak Aris Fajar Pambudi, M.Or. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah bersedia memberikan sumbangan pemikiran sejak awal penelitian sampai akhir penyusunan skripsi.

6. Bapak Ibu Dosen Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama penulis duduk di bangku kuliah.
7. Karyawan Universitas Negeri Yogyakarta yang begitu ramah dan baik sehingga membantu kelancaran studi penulis.
8. Bapak Ibu Pimpinan serta seluruh staff SDN Pagerkasih 1 Bumijawa, Tegal yang telah membantu penelitian ini.
9. Si Merah Hitam “Vario” G 2095 EF yang telah setia menemani, hujan panas telah kita rasakan bersama, bocor, macet biarlah jadi cerita lucu, pokoknya Varioku yang tak diragukan ketangguhannya.
10. Teman-temanku satu angkatan dalam penyusunan skripsi, semoga kita selalu mendapatkan kemudahan dan sukses selalu.
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu semoga bantuan dan kebaikan yang telah diberikan mendapat balasan dari Allah SWT.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini masih kurang sempurna dan masih ada kekurangan dan kelemahan. Penulis juga berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Akhir kata dengan penuh harap semoga skripsi ini dapat memenuhi tujuan dan manfaat bagi kita semua.

Yogyakarta,

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	7
A. Kajian Teoritik.....	7
1. Hakikat Bermain Sepakbola.....	7
2. Dasar Bermain Sepakbola	9
3. Keterampilan Dasar menggiring bola	11
4. Faktor-faktor Keterampilan menggiring bola	12
B. Penelitian yang Relevan	23
C. Kerangka Berfikir	24
D. Hipotesis Penelitian	25
BAB III. METODE PENELITIAN	27
A. Desain Penelitian	27
B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	27
C. Waktu dan tempat penelitian	28
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
E. Instrument Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	29
F. Teknik Analisis Data	33
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Hasil Penelitian.....	34
1. Deskripsi data Penelitian	34

B. Hasil Analisis Data	39
C. Pengujian Hipotesis	41
D. Pembahasan	44
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Implikasi Penelitian	46
C. Keterbatasan Penelitian	47
D. Saran-saran	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN	52

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Analisis Statistik Deskriptif Kelincahan	34
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kelincahan	35
Tabel 3. Analisis Statistik Deskriptif Kecepatan lari	36
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kecepatan lari	37
Tabel 5. Analisis Statistik Deskriptif Keterampilan menggiring bola .	38
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Keterampilan menggiring bola	38
Tabel 7. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-smirnov	40
Tabel 8. Hasil Uji Linearitas	41
Tabel 9. Analisis Data dan Pengujian Hipotesis 1	41
Tabel 10. Analisis Data dan Pengujian Hipotesis 2	42
Tabel 11. Hasil Koefisien Regresi ganda	43
Tabel 12. Sumbangan efektif dan sumbangan relatif	43

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Menggiring Bola.....	11
Gambar 2. Rangkaian Gerakan Lari Sprint.....	20
Gambar 3. Tahap Menumpu dan Mendorong.....	21
Gambar 4. Desain Penelitian.....	24
Gambar 5. Tes Kelincahan.....	27
Gambar 6. Lintasan Tes Kecepatan Lari.....	29
Gambar 7. Tes menggiring Bola.....	30
Gambar 8. Distribusi frekuensi Kelincahan Siswa.....	36
Gambar 9. Distribusi Frekuensi Kecepatan lari.....	37
Gambar 10. Distribusi Frekuensi Keterampilan menggiring bola.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas	53
Lampiran 2. Lembar Pengesahan dari Fakultas	55
Lampiran 3. Sertifikat Kalibrasi Stop Watch dari Balai Metrologi	56
Lampiran 4. Surat Keterangan Pengujian dari Balai Metrologi.....	61
Lampiran 5. Surat Rekomendasi dari UPTD DIKPORA Kec.Bumijawa.	64
Lampiran 6. Surat Keterangan pengambilan data dari SDN Pagerkasih 1	65
Lampiran 7. Frequencies	66
Lampiran 8. Uji Linieritas.....	67
Lampiran 9. Normalitas	68
Lampiran 10. Regresion.....	69
Lampiran 11. Corelations.....	70
Lampiran 12. Tabel F.....	71
Lampiran 13. Tabel t.....	73
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian.....	74

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Badan Standar Nasional Pendidikan (2006:729) menyatakan bahwa:

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pada hakekatnya pendidikan jasmani tidak hanya untuk mengembangkan badan tetapi juga untuk mengajarkan perilaku sosial, kebudayaan, dan menghargai etika serta mengembangkan kesehatan mental–emosional (Yusuf Adisasmita. 1989: 2) selain itu Adisasmita juga berpendapat bahwa kegiatan jasmani tertentu yang dipilih dapat membentuk sikap / membentuk karakter yang berguna bagi pelakunya.

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh dua regu dimana masing-masing regu terdiri dari 11 orang pemain. Dalam permainan, masing-masing regu berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri supaya tidak kemasukan, yang dilakukan secara sportif dan sesuai peraturan permainan. Kesebelasan yang lebih banyak membuat gol dinyatakan sebagai pemenang dalam pertandingan.

Sepakbola merupakan salah satu olahraga permainan yang paling banyak digemari oleh seluruh lapisan masyarakat. Pada dasarnya permainan Sepakbola merupakan suatu usaha untuk menguasai bola dan untuk merebutnya kembali bila sedang dikuasai oleh lawan. Oleh karena itu, untuk dapat bermain Sepakbola harus menguasai teknik-teknik dasar Sepakbola yang baik. Agar pemain bola dapat bermain dengan baik, maka salah satu hal yang harus dimilikinya adalah teknik bermain Sepakbola yang baik dan benar. Seorang pemain yang memiliki teknik dasar bermain Sepakbola yang baik tentu akan memiliki teknik bermain yang baik pula dalam permainan Sepakbola tersebut.

Menurut Hariyoko dan Mahmud (1991: 3) teknik-teknik dasar dalam permainan Sepakbola adalah: (1) teknik menendang bola, (2) teknik menerima bola, (3) teknik menggiring bola, (4) teknik menyundul bola, (5) teknik merampas bola, (6) teknik melempar bola, (7) teknik gerak tipu dengan bola, dan (8) teknik penjaga bola. Selain menguasai teknik-teknik dasar bermain Sepakbola yang tersebut diatas masih ada faktor-faktor lain yang dapat

menunjang seorang pemain Sepakbola untuk berprestasi. Faktor-faktor itu antara lain: daya tahan, kekuatan, kelincahan, keseimbangan, kecepatan, dan kelentukan.

Kegiatan bermain Sepakbola bagi siswa SD merupakan salah satu materi dalam mata pelajaran Penjaskes. Materi yang sering diajarkan adalah teknik teknik menggiring (*dribbling*). Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah dengan cara menendang terputus-putus. Bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Tujuan menggiring bola antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

Selama ini, sarana prasarana untuk bermain sepak bola di SD N Pagerkasih I masih sangat minim, anatara lain tidak tersedianya lapangan sepak bola, sehingga permainan sepak bola dilakukan di halaman sekolah, juga terbatasnya jumlah bola yang dimiliki sekolah. Berdasarkan keterangan Guru penjaskes SD N Pagerkasih I Suwardi, S.Pd, dinyatakan bahwa keterampilan menggiring bola sebagian besar siswa SD Pagerkasih I juga masih rendah. Hal ini terlihat pada saat permainan sepakbola berlangsung, bola masih mudah lepas dan terlalu jauh dari penguasaan, akibatnya bola mudah berpindah ke kaki lawan.

Sepakbola modern dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dengan gerakan-gerakan yang sederhana disertai dengan kecepatan dan ketepatan. Keterampilan dasar menggiring bola merupakan kemampuan

seorang pemain dengan sentuhan beberapa kali untuk melewati pemain atau membawa bola ke arah gawang untuk mencetak sebuah gol. Begitu pentingnya menggiring bola dalam permainan Sepakbola, sehingga banyak tes keterampilan bermain Sepakbola mencantumkan item tes menggiring bola sebagai salah satunya tes.

Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak kesasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan. Agar dapat menggiring bola dengan baik dibutuhkan kelincahan kecepatan lari. Sehingga faktor kelincahan dan kecepatan lari merupakan faktor yang dianggap berhubungan dengan keterampilan menggiring bola. Dengan dasar itulah maka penelitian ini akan mengkaji masalah “Hubungan Kelincahan dan Kecepatan Lari Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Sarana dan prasarana seperti lapangan dan jumlah bola untuk berlatih dan bermain Sepakbola di SDN Pagerkasih I masih sangat kurang.
2. Teknik bermain bola siswa yang mengikuti mata pelajaran Penjaskes materi Sepakbola di SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal masih kurang.
3. Belum diketahuinya hubungan antara Kelincahan dan Kecepatan Lari dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Permainan Sepakbola Siswa

SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal.

C. Pembatasan Masalah

Permasalahan dalam penelitian ini perlu dibatasi karena keterbatasan waktu, tenaga, dan biaya. Selain itu pembatasan masalah dilakukan agar pembahasan menjadi lebih fokus. Permasalahan pada penelitian ini dibatasi pada hubungan kelincahan dan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada permainan Sepakbola siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Adakah hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan Sepakbola siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal ?
2. Adakah hubungan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada permainan Sepakbola siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal ?
3. Adakah hubungan kelincahan dan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada permainan Sepakbola siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal ?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui adakah hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan Sepakbola siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal.
2. Untuk mengetahui adakah hubungan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada permainan Sepakbola siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal.
3. Untuk mengetahui adakah hubungan kelincahan dan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada permainan Sepakbola siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis, di antaranya:

1. Manfaat Teoritis

Menambah bahan pustaka bagi peneliti yang mengkaji tentang permainan Sepakbola.

2. Manfaat Praktis

Memberi masukan kepada sekolah dan guru untuk memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan bermain Sepakbola siswa.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik

1. Hakikat Bermain Sepakbola

Sepakbola adalah salah satu materi permainan dan olahraga yang diberikan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD. Sucipto. dkk. (2000:7) mendefinisikan bahwa Sepakbola merupakan permainan beregu yang terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Selanjutnya Roji (2004: 1) menjelaskan bahwa Sepakbola dilakukan oleh dua kesebelasan, masing-masing kesebelasan terdiri dari sebelas pemain termasuk penjaga gawang. Pemain cadangan untuk setiap regunya berjumlah tujuh pemain dan lama permainan adalah 2 x 45 menit.

Menurut Muhajir (2004:22) yang dikutip oleh Dian Ika (2007:7), menyatakan bahwa Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukkan bola. Di dalam memainkan bola, setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan tangan. Sepakbola merupakan permainan beregu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain. Biasanya permainan Sepakbola dimainkan dalam dua babak (2 x 45 menit) dengan waktu istirahat 15 menit diantara dua babak tersebut. Mencetak gol ke gawang lawan merupakan sasaran dari setiap kesebelasan. Suatu kesebelasan dinyatakan sebagai pemenang apabila

kesebelasan tersebut dapat memasukkan bola ke gawang lebih banyak dan memasukan bola lebih sedikit jika dibanding dengan lawannya.

Sejalan dengan pendapat di atas, Soekatamsi (1995:11) yang dikutip oleh Dian Ika (2007: 8), menyatakan bahwa Sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain termasuk seorang penjaga gawang. Hampir seluruh permainan dilakukan dengan mengolah bola dengan kaki, kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan seluruh anggota badannya dengan kaki dan tangan.

Sepakbola merupakan olahraga beregu, oleh karena itu selain kemampuan teknik seorang pemain Sepakbola harus bisa bekerja sama dengan pemain lain dalam satu tim Sepakbola. Dijelaskan oleh Soedjono (1985:16) bahwa Sepakbola adalah suatu permainan beregu, oleh karena itu kerjasama regu merupakan tuntutan permainan Sepakbola yang harus dipenuhi setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa Sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari atas sebelas pemain, termasuk penjaga gawang. Setiap regu berusaha memasukkan bola ke gawang lawan dalam permainan yang berlangsung 2 x 45 menit. Suatu kesebelasan dinyatakan sebagai pemenang apabila kesebelasan tersebut dapat memasukkan bola ke gawang lebih banyak dan memasukan bola lebih sedikit jika dibanding dengan lawannya.

2. Dasar Bermain Sepakbola

Dalam permainan Sepakbola kemampuan dasar seseorang sangat penting. Seorang pemain Sepakbola harus memiliki kemampuan dasar yang baik. Baik buruknya kemampuan dasar Sepakbola seseorang dapat dilihat dari teknik-teknik dasar Sepakbola yang dikuasai. Menurut Danny Mielke (2007:1), kemampuan dasar bermain Sepakbola harus dikuasai. Dasar-dasar bermain Sepakbola antara lain: menggiring (*dribbling*), mengoper (*passing*), menembak (*shooting*), menyundul bola (*heading*), menimang bola (*juggling*), menghentikan bola (*trapping*), dan lemparan ke dalam (*throw-in*).

Berbeda dengan Mielke yang membagi dasar-dasar bermain Sepakbola menjadi tujuh macam. Sucipto. dkk. (2000:7) menyatakan Sepakbola mempunyai teknik-teknik dasar Sepakbola, diantaranya: menendang (*kicking*), menggiring bola (*dribbling*), dan menyundul bola (*heading*). Selanjutnya, Engkos Kosasih (1985:216) menyatakan bahwa kemampuan dasar Sepakbola yang perlu dilatihkan dan yang terpenting dalam permainan Sepakbola antara lain: teknik menendang bola, teknik menghentikan (menyetop) dan mengontrol bola, teknik membawa atau menggiring bola, teknik gerakan tipu, teknik menyundul bola, dan teknik lemparan ke dalam.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan dasar Sepakbola adalah tingkat kemahiran yang dimiliki seseorang dalam bermain Sepakbola. Teknik ini akan sangat bermanfaat apabila dapat dikuasai dengan benar. Teknik-teknik dasar Sepakbola tersebut meliputi:

passing, shooting, dribbling, trapping, juggling, throw-in, dan heading.

Menurut Danny Mielke (2007), untuk bermain bola dengan baik pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik. Pemain yang memiliki teknik dasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain Sepakbola dengan baik. Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain Sepakbola, yaitu:

- 1) Menendang (*Kicking*).
 - a) Menendang dengan kaki bagian dalam.
 - b) Menendang dengan kaki bagian luar.
 - c) Menendang dengan punggung kaki.
 - d) Menendang dengan punggung kaki bagian dalam.
- 2) Menghentikan bola (*stopping*).
 - a) Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam.
 - b) Menghentikan bola dengan kaki bagian luar.
 - c) Menghentikan bola dengan punggung kaki.
 - d) Menghentikan bola dengan telapak kaki.
 - e) Menghentikan bola dengan paha.
 - f) Menghentikan bola dengan dada.
- 3) Menggiring bola (*dribbling*).
 - a) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam.
 - b) Menggiring bola dengan kaki bagian luar.
 - c) Menggiring bola dengan punggung kaki.
- 4) Menyundul bola (*heading*).
 - a) Menyundul bola sambil berdiri.
 - b) Menyundul bola sambil meloncat/melompat.
- 5) Merampas bola (*tackling*).
 - a) Merampas bola sambil berdiri.
 - b) Merampas bola sambil meluncur.
- 6) Lemparan ke dalam (*Throw-in*).
 - a) Lemparan ke dalam tanpa awalan.
 - b) Lemparan ke dalam dengan awalan.
- 7) Menjaga gawang (*goal keeping*).
 - a) Menangkap bola sambil berdiri.
 - b) Menangkap bola sambil meloncat

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar bermain Sepakbola meliputi keterampilan : menendang (*Kicking*),

menghentikan bola (*stopping*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*), merampas bola (*tackling*), lemparan ke dalam (*Throw-in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*).

3. Keterampilan Dasar Menggiring Bola

Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan. Oleh karena itu, bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola (Sucipto, dkk. 2000: 28). Menggiring bola adalah keterampilan dasar dalam Sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri atau bersiap melakukan operan atau tembakan (Danny Mielke, 2007: 1).



Gambar 1. Menggiring Bola

Menggiring dengan menggunakan kaki bagian dalam akan memungkinkan seorang pemain untuk menggunakan sebagian besar permukaan kakinya. Dengan demikian, pemain akan memiliki kontrol terhadap bola akan semakin besar.

Sedangkan menggiring bola dengan sisi kaki bagian luar sangat penting bagi pemain untuk meningkatkan keterampilan yang diperlukan dalam

mengontrol bola. Menggiring dengan menggunakan kaki bagian luar akan memudahkan pemain untuk mengontrol. Pemain Sepakbola yang baik harus mampu menggiring bola dengan kaki bagian luar dan secara sebentar-sebentar menggunakan kaki bagian dalam tanpa mengurangi kecepatan tanpa kehilangan kontrol.

4. Faktor-Faktor Keterampilan Dasar Menggiring Bola

Menurut Hariyoko dan Mahmud (1991: 3) Selain menguasai teknik-teknik dasar bermain sepak bola, masih ada faktor-faktor lain yang dapat menunjang seorang pemain sepak bola untuk berprestasi. Faktor-faktor itu antara lain: daya tahan, kekuatan, kelincahan, keseimbangan, kecepatan, dan kelentukan.

a. Kelincahan

Pengertian Kelincahan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia kelincahan disebutkan dari kata dasar lincah yang berarti sifat-sifat lincah. Kelincahan merupakan salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya. Disamping itu kelincahan merupakan prasyarat untuk mempelajari dan memperbaiki keterampilan gerak dan teknik olahraga, terutama gerakan-gerakan yang membutuhkan koordinasi gerak. Menurut Ismaryati, (2006: 41) kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. Selain dikerjakan dengan cepat dan tepat, perubahan-perubahan tadi harus dikerjakan dengan tanpa kehilangan keseimbangan.

Kelincahan atau *agility* adalah kemampuan seseorang mengubah posisi di area tertentu. Seseorang yang mampu mengubah posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahannya cukup baik. Menurut Kirkendall dkk (1980:243) kelincahan adalah kemampuan badan untuk mengubah arah tubuh atau bagian tubuh lainnya dengan sangat cepat dan efisien. Seseorang yang mampu mengubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahannya cukup baik (M. Sajoto, 1995:9). Sedangkan menurut Dangsina Moeloek (1984 : 8) menggunakan istilah ketangkasan. Ketangkasan adalah kemampuan merubah secara tepat arah tubuh atau bagian tubuh tanpa gangguan pada keseimbangan. Kelincahan seseorang dipengaruhi oleh usia, tipe tubuh, jenis kelamin, berat badan, kelentukan (Dangsina Moeloek, 1984 : 9).

Dari kedua pendapat tersebut terdapat pengertian yang menitik beratkan pada kemampuan untuk merubah arah posisi tubuh tertentu. Kelincahan sering dapat kita amati dalam situasi permainan Sepakbola, misalnya seorang pemain yang tergelincir dan jatuh di lapangan, namun masih dapat menguasai bola dan mengoperkan bola tersebut dengan tepat kepada temannya. Dan sebaliknya, seorang pemain yang kurang lincah mengalami situasi yang sama tidak saja tidak mampu menguasai bola, namun kemungkinan justru mengalami cedera karena jatuh.

Kelincahan merupakan kualitas fisik yang sangat kompleks. Di dalamnya melibatkan interaksi dari beberapa unsur fisik yang lain seperti

kecepatan reaksi, kekuatan, kelentukan, *motor skill*, keseimbangan dan koordinasi *neuromuscular* (Harsono, 1988: 15). Menurut Ratinus Darwis (1992: 117), kelincahan (*agility*) adalah kemampuan seseorang untuk merubah posisi dan arah secepat mungkin sesuai dengan situasi yang dihadapi dan dikehendaki.

Jadi kelincahan tidak hanya memerlukan suatu kecepatan saja, akan tetapi juga memerlukan fleksibilitas yang baik dari sendi-sendi anggota tubuh. Untuk melatih kecepatan, dibutuhkan bentuk latihan yang sesuai dan mengharuskan orang itu untuk dapat bergerak dengan cepat dan mengubah arah dengan lincah. Seseorang dikatakan memiliki kelincahan cukup baik apabila mampu merubah satu posisi ke posisi yang berbeda dengan kecepatan tinggi dan koordinasi gerakan yang baik. Sedangkan kelincahan menurut Verducci (dalam Budiwanto, 2004:39) disampaikan bahwa pembentukan kelincahan lebih sulit dari pada pembentukan yang lainnya. Kelincahan adalah hasil pembentukan dari unsur kecepatan, kekuatan dan keseimbangan. Dari beberapa uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa sebenarnya kelincahan adalah kemampuan mengubah arah atau posisi badan secara cepat dan melakukan gerakan yang lain. Kelincahan berfungsi untuk meningkatkan prestasi maksimal dalam cabang olahraga. Menurut Suharno HP (1992: 103), kelincahan berfungsi untuk: (a) Mengkoordinasikan gerakan-gerakan berganda/simultan, (b) mempermudah penguasaan teknik-teknik tinggi, (c) gerakan-gerakan efisien, efektif, ekonomis dan (d) mempermudah orientasi terhadap lawan dan lingkungan.

Dikatakan pula faktor-faktor penentu baik tidaknya kelincahan adalah: (a) kecepatan reaksi, (b) kemampuan berorientasi pada *problem* yang dihadapi, (c) kemampuan mengatur keseimbangan, (d) tergantung kelentukan sendi-sendi dan (e) kemampuan untuk mengerem gerak-gerak motorik. Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk bergerak cepat dan tepat secara fleksibel dalam mengubah posisi tubuh tanpa kehilangan kesadarannya.

b. Kecepatan Lari

Menurut Dangsina Moeloek (1984: 23), kecepatan adalah laju gerak yang berlaku untuk gerak tubuh secara keseluruhan atau bagian. Menurut Bompa (1994:43), kecepatan adalah kapasitas memindahkan suatu obyek secara cepat. Maka dapat disimpulkan bahwa kecepatan merupakan kemampuan dari otot untuk melakukan gerakan dalam waktu yang secepat-cepatnya. Kecepatan merupakan hasil gerak yang diakibatkan oleh kontraksi otot. Maka dari itu tipe otot yang dimiliki seseorang akan menentukan pada kemampuan kecepatan individu, yang memiliki otot putihnya lebih dominan cenderung memiliki gerakan yang cepat, akan tetapi daya tahannya lemah. Hal ini disebabkan otot putih mempunyai ATP dan *glycolitic enzyme* yang tinggi.

Hampir disetiap cabang olahraga yang dilakukan menuntut adanya unsur kecepatan dalam melakukan aktivitas kegiatan. Meskipun ada beberapa cabang olahraga yang hampir tidak memerlukan kecepatan, misalnya cabang menembak dan memanah, akan tetapi latihan kecepatan tetap harus dilakukan

dalam latihan fisik cabang olahraga tersebut. Latihan kecepatan tersebut diperlukan untuk meningkatkan dan memelihara intensitas latihan fisiknya.

Dalam cabang atletik pada nomor-nomor lari, lempar, dan lompat unsur kecepatan mutlak diperlukan baik itu kecepatan lari yaitu kemampuan atlet untuk menempuh suatu jarak dalam waktu sesingkat-singkatnya, kecepatan reaksi yaitu waktu antara rangsangan dan jawaban gerak bersama, maupun kecepatan bergerak yaitu kemampuan bergerak secepat mungkin dalam suatu gerak yang ditandai waktu antara gerak permulaan dan gerak akhir.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecepatan lari seseorang, menurut Jonath Haag dan Krempel (1987: 126) adalah sebagai berikut:

- a. tenaga otot
- b. viscositas otot
- c. kecepatan reaksi
- d. kecepatan kontraksi
- e. koordinasi antara syaraf pusat dan otot
- f. ciri antropometrik
- g. daya tahan kecepatan

Menurut Eddy Purnomo (2011:32-34) bahwa seorang pelari harus meningkatkan kemampuannya agar dapat diperoleh kecepatan yang tinggi melalui kontraksi otot. Tanpa memiliki kekuatan otot yang baik, seorang atlet sangat tidak mungkin memiliki kecepatan yang tinggi. Kekuatan mutlak harus dimiliki oleh seorang atlet sebelum ia berlatih mengembangkan unsur kecepatan.

Dalam melakukan latihan-latihan kecepatan agar gerakannya dapat mencapai dengan baik maka keadaan otot harus rileks dengan elastisitas yang

cukup tinggi, sehingga otot-otot berkontraksi dengan baik dan sempurna. Berkontraksinya otot-otot dengan baik maka kecepatan akan berkembang dengan baik pula. Sifat rileks dari otot-otot diperlukan dalam pengembangan kecepatan, karena otot menjadi tidak cepat lelah dan menghemat tenaga secara efektif.

Menurut Eddy Purnomo (2011:34), kecepatan lari ditentukan oleh jarak langkah dan jumlah langkah. Sehingga latihan yang dilakukan bagi pelari jarak pendek yang terpenting adalah bagaimana menghasilkan langkah sebanyak mungkin dalam satuan waktu tertentu. Latihan dapat dilakukan dengan menggunakan metode interval training dan metode pembebanan.

Latihan interval, suatu latihan yang banyak digunakan para pelatih untuk mengembangkan kemampuan dalam upaya peningkatan hasil prestasi seorang atlet. Ciri dari metode *interval training* ialah adanya waktu selingan tertentu untuk istirahat setelah menjalani latihan. Pengertian istirahat disini adalah setiap pembebanan kerja berat diselingi pembebanan kerja ringan. Dengan kata lain istirahat disini merupakan istirahat aktif. Latihan interval merupakan pengembangan dan penyempurnaan dari metode pelatihan *fartlek*. Penambahan beban serta memberikan koreksi secara teliti terhadap jarak yang ditempuh, waktu istirahat antar ulangan, banyak ulangan yang harus ditempuh dan waktu latihan merupakan prinsip dari metode *interval training*. Adapun metode pembebanan merupakan metode pengembangan dan peningkatan kecepatan dengan memberikan latihan dengan beban.

Lari dalam permainan Sepakbola tergolong sebagai lari jarak pendek. Lari jarak pendek adalah lari yang menempuh jarak antara 50 m sampai dengan jarak 400 m. oleh karena itu kebutuhan utama untuk lari jarak pendek adalah kecepatan. Kecepatan dalam lari jarak pendek adalah hasil kontraksi yang kuat dan cepat dari otot-otot yang dirubah menjadi gerakan halus lancer dan efisien dan sangat dibutuhkan bagi pelari untuk mendapatkan kecepatan yang tinggi.

Seorang pelari jarak pendek (*sprinter*) yang potensial bila dilihat dari komposisi atau susunan serabut otot persentase serabut otot cepat (*fast twitch*) lebih besar atau tinggi dengan kemampuan sampai 40 kali perdetik dalam vitro dibanding dengan serabut otot lambat (*slow twitch*) dengan kemampuan sampai 10kali perdetik dalam vitro. Oleh karena itu seorang pelari jarak pendek itu dilahirkan /bakat bukan dibuat. Suatu analisa structural prestasi lari jarak pendek dan kebutuhan latihan dan pembelajaran untuk memperbaiki harus dilihat sebagai suatu kombinasi yang kompleks dari proses-proses biomekanika, biomotor, dan energetic.

Lari jarak pendek bila dilihat dari tahap-tahap berlari terdiri dari beberapa tahap yaitu :

- 1) tahap reaksi dan dorongan (*reaction dan drive*)
- 2) tahap percepatan (*acceleration*)
- 3) tahap tansisi/perubahan (*transition*)
- 4) tahap kecepatan maksimum (*speed maximum*)
- 5) tahap pemeliharaan kecepatan (*maintenance speed*)
- 6) finish

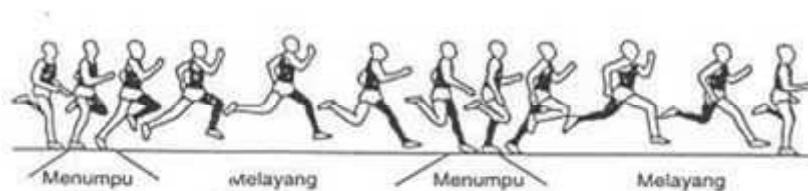
Tujuan lari jarak pendek adalah untuk memaksimalkan kecepatan horizontal, yang dihasilkan dari dorongan badan ke depan. Kecepatan lari ditentukan oleh panjang langkah dan frekuensi langkah (jumlah langkah persatuan waktu). Oleh karena itu, seorang pelari jarak pendek harus dapat meningkatkan satu atau kedua-duanya. Dalam permainan Sepakbola, panjang langkah dan jumlah langkah sangat berperan penting terutama berkaitan dengan proses menggiring bola. Dengan langkah dan kecepatan yang tepat, bola dapat digiring dengan baik dengan kecepatan yang tinggi.

Menurut M. Sajoto (1990: 17), kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kelangsungan gerak pada *sprint*, baik lari 100 m, 200 m, maupun 400 m, secara teknis semua sama. Kalau ada perbedaan hanyalah terletak pada penghematan penggunaan tenaga, karena perbedaan jarak yang harus ditempuh. Semakin jauh jarak yang harus ditempuh, maka semakin membutuhkan keuletan atau daya tahan. Lari dengan jarak 400 m membutuhkan daya tahan yang besar, maka ada yang menamakannya dengan istilah "*endurance sprint*", artinya lari cepat disertai dengan daya tahan.

Kelangsungan gerak *sprint* dapat dibedakan menjadi 3 bagian yaitu *start*, gerakan *sprint*, dan gerakan *finish*. Menurut Slamet SR (1994: 18), agar dapat memperoleh kecepatan maksimal pelari harus mempertahankan empat faktor penentu yaitu *start* (pertolakan), *Starting Action* (gerakan

lepas atau meluncur dari garis *start*), gerakan lari cepat (*Sprinting Action*), dan gerakan *finish*.

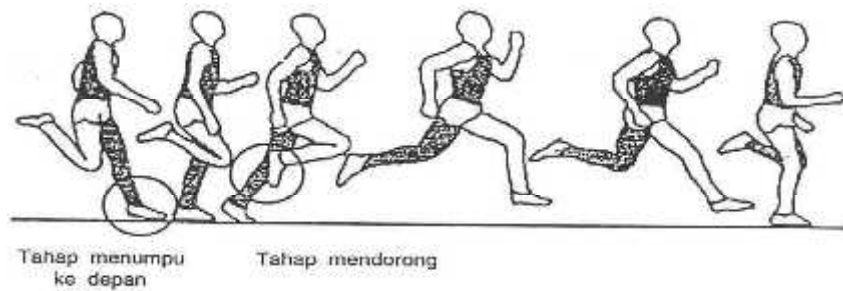
Menurut Yoyo Bahagia (2011: 28), gerak dominan lari adalah gerakan langkah kaki dan ayunan lengan. Aspek lain yang perlu diperhatikan pada saat berlari adalah kecondongan badan (d disesuaikan dengan jenis/tipe lari), pengaturan napas, dan harmonisasi gerakan lengan dan tungkai. Sedangkan yang paling menentukan kecepatan lari seseorang adalah panjang langkah kali kekerapan langkah. Langkah kaki terdiri dari tahap menumpu dan tahap melayang. Sedangkan gerakan kaki mulai tahap menumpu kemudian mendorong (kaki tolak) sedangkan kaki ayun melakukan gerak pemulihan dan gerak ayunan. Pada gambar di bawah ini diperlihatkan rangkaian gerak lari dan gerak langkah pada saat menumpu dan mendorong.



Gambar 2. Rangkaian Gerakan Lari Sprint
(Sumber: Yoyo Bahagia 2011: 28)

Menurut Yoyo Bahagia (2011: 28), kaki tumpu: mendaratlah pada telapak kaki bagian depan, lurus ke depan. Mata kaki, lutut dan pinggul diluruskan penuh selama tahap mendorong kaki ayun kaki ditekuk selama masa pemulihan. Lutut angkat ke depan atas pada tahap mengayun gerakan lengan: Ayunkan lengan ke depan dan ke belakang, ke depan setinggi bahu, ke belakang lewat panggul. Sudut sikut sekitar 90

derajat.



Gambar 3. Tahap Menumpu dan Mendorong
(Sumber: Yoyo Bahagia 2011: 28)

B. Penelitian yang Relevan

Hasil penelitian yang relevan dengan penelitian ini sangat diperlukan guna mendukung kajian teoritis yang telah dikemukakan sehingga dapat digunakan sebagai landasan pada penyusunan kerangka berfikir. Adapun penelitian yang relevan ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Diyaudin (2011) tentang “Hubungan Antara Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 Durenan Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2010/2011” Jurusan Penjaskesrek, Universitas Nusantara PGRI Kediri. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan Sepakbola pada siswa putra Kelas VIII SMP Negeri 1 Durenan Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2010/2011, dengan koefisien determinasi 51,84.

Penelitian lain yang relevan adalah penelitian yang dilakukan oleh Sugeng Purwanto (2004) tentang Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola. Penelitian

ini menyimpulkan bahwa (1) terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dengan kemampuan menggiring bola pemain Sepakbola SMU Dian Kartika Semarang. Dengan demikian dapat dipastikan bahwa kecepatan memberi sumbangan yang berarti bagi kemampuan menggiring bola; (2) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pemain Sepakbola SMU Dian Kartika Semarang. Dengan demikian dapat dipastikan bahwa kelincahan memberi sumbangan yang berarti bagi kemampuan menggiring; dan (3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan dan kelincahan secara bersamaan dengan kemampuan menggiring bola pemain Sepakbola SMU Dian Kartika Semarang. Dengan demikian dapat dipastikan bahwa kemampuan menggiring bola dapat diprediksikan dengan adanya kecepatan dan kelincahan.

C. Kerangka Berfikir

Menggiring bola dalam permainan Sepakbola salah satu unsur penting teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain Sepakbola. Kemampuan menggiring bola siswa SDN Pagerkasih I masih sangat kurang. Kemampuan menggiring bola merupakan unsur teknik dasar dalam permainan Sepakbola, sehingga perlu dilatihkan atau diajarkan dengan baik.

Secara teoritik, dalam menggiring bola, diperlukan kelincahan agar bola yang digiring dapat tetap berada dalam penguasaan (tidak dapat direbut lawan). Selain kelincahan, perlu ditunjang pula oleh kecepatan lari agar dapat melewati pemain lawan dengan baik. Dengan memiliki kelincahan dan kecepatan lari yang baik, maka kemampuan menggiring bola dapat dikuasai

dengan baik.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Diyaudin (2011) dan Sugeng Purwanto (2004) menunjukkan bahwa kemampuan menggiring bola dipengaruhi oleh kelincahan dan kecepatan. Sehingga dapat diduga kelincahan dan kecepatan lari memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola. Oleh karena itu akan diteliti mengenai hubungan kelincahan dan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada permainan Sepakbola siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal

D. Hipotesis Penelitian

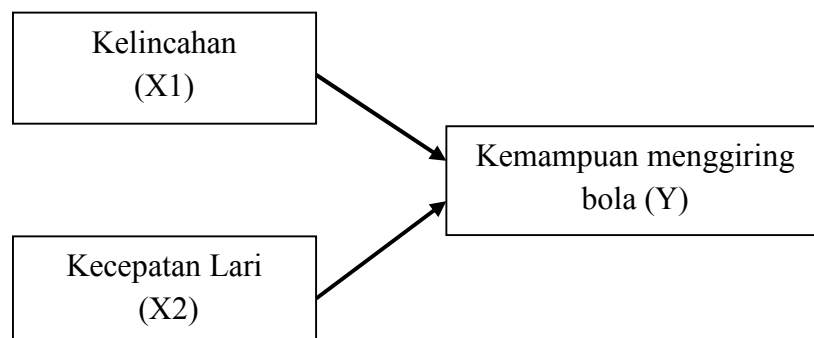
Berdasarkan kajian pustaka dan kerangka berfikir maka hipotesis penelitian adalah sebagai berikut:

1. Ada hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada permainan Sepakbola Siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal.
2. Ada hubungan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada permainan Sepakbola Siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal.
3. Ada hubungan kelincahan dan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada permainan Sepakbola Siswa SDN Pagerkasih I Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasional dengan teknik tes dan dokumentasi dalam pengambilan datanya. Dalam penelitian ini menghubungkan antara variabel bebas dan terikat. Adapun variabel bebasnya terdiri dari kelincahan (X1), dan kecepatan lari (X2). Sedangkan variabel terikatnya adalah kemampuan menggiring bola (Y). Dengan teknik pengambilan datanya dengan tes dan dokumentasi. Untuk lebih mudah memahami maka desain penelitian dapat dilihat dalam bagan di bawah ini.



Gambar 4. Desain Penelitian

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Penelitian ini bermaksud untuk memperoleh data yang nyata tentang hubungan antara kelincahan dan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola pada Siswa putra dan putri kelas IV, V. Adapun definisi operasional variabel pada penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Kelincahan

Kelincahan adalah Kemampuan seseorang mengubah posisi tertentu atau sesuai dengan situasi yang dihadapi dan dikehendaki, yang dipengaruhi oleh hasil pembentukan dari unsur kecepatan, kekuatan, dan keseimbangan. Kelincahan diukur dengan *Shuttle Run Test* (lari bolak balik). (Wahjoedi, 2000: 85)

2. Kecepatan lari

Kecepatan lari adalah Laju gerak yang berlaku untuk gerak tubuh secara keseluruhan atau sebagian dan memindahkan suatu obyek secara cepat untuk mengerjakan gerakan berkeseimbangan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan lari diukur dengan tes lari 40 meter diadaptasi dari Johnson, Barry. L & Nelson Jack .K, (1986: 259).

3. Kemampuan menggiring bola

Kemampuan menggiring bola adalah Kemampuan melakukan untuk menendang terputus-putus atau pelan-pelan dengan dengan bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola yang dilakukan pada saat sedang bergerak, berdiri atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Kemampuan mennggiring bola diukur dengan tes menggiring bola. (Nurhasan, 1986: 321).

C. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian direncanakan pada bulan Mei sampai dengan Agustus 2013, bertempat di SD Negeri I Pagerkasih, Kecamatan Bumijawa, Kabupaten Tegal.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra dan putri kelas IV dan V SD Negeri I Pagerkasih, Kecamatan Bumijawa, Kabupaten Tegal berjumlah 60 siswa. Pada penelitian ini, seluruh populasi dijadikan subyek penelitian, sehingga penelitian ini adalah penelitian populasi (Suharsimi. 2006:90).

E. Instrumen Penelitian Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen tes.

1. Tes mengukur kelincahan bermain bola

Tes untuk mengukur kelincahan digunakan *Shuttle Run Test*. (Wahjoedi, 2000: 85), dengan uraian sebagai berikut :

a. Tujuan :

Mengukur kelincahan, yaitu kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat sambil melakukan gerakan.

b. Alat dan fasilitas :

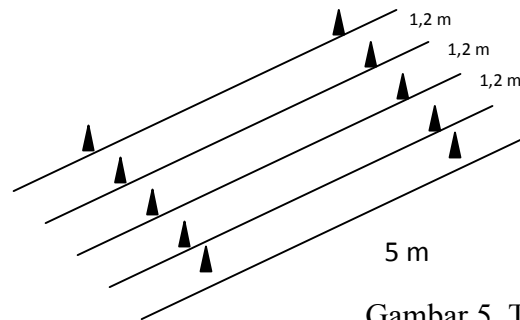
1) stopwatch

2) pancang

3) pita pengukur

4) Kapur atau pita untuk membuat lintasan lari dengan lebar 1,2 meter dan panjang lintasan 5 meter.

5) Tempat pelaksanaan tes harus datar dan lurus.



Gambar 5. Tes kelincahan

c. Prosedur Pelaksanaan :

- 1) Siswa berdiri di belakang garis dengan kaki depan tepat di atas garis start.
- 2) Pada aba-aba “ya” siswa lari kedepan secepat mungkin ke garis lain, kemudian berputar dan kembali lagi ke garis start.
- 3) Setiap melakukan putaran kedua kaki harus melewati garis start dan garis finish.
- 4) Siswa harus melakukan kegiatan tersebut sebanyak 5 kali (siklus). Satu siklus diartikan sebagai satu kali lari bolak balik.
- 5) Hidupkan stopwatch pada aba-aba “ya” dan hentikan stopwatch pada saat dada pelari melewati garis.

d. Penilaian :

Siswa diberi kesempatan melakukan lari bolak-balik sebanyak 2 kali. Catat kedua waktunya dengan tingkat ketepatan 0,1 detik. Ambil waktu terbaik. Bagi siswa yang gagal melakukan tes bisa diberikan kesempatan untuk mengulangi lagi.

2. Tes mengukur kecepatan lari

Tes untuk mengukur kecepatan lari menggunakan tes dari 40 meter diadaptasi dari Johnson, Barry. L & Nelson Jack .K, (1986: 259).dengan uraian sebagai berikut :

a. Tujuan :

Mengukur kecepatan lari 40 meter

b. Alat dan perlengkapan:

- 1) stopwatch
- 2) bendera starter
- 3) peluit
- 4) lintasan lari 40 meter yang lurus, datar dan ditempatkan pada cross wind. Apabila permukaan yang digunakan berumput, rumput harus dalam keadaan kering.

c. Petugas:

- 1) Seorang starter
- 2) Seorang timer
- 3) Seorang pencatat (satu orang timer untuk satu orang starter)

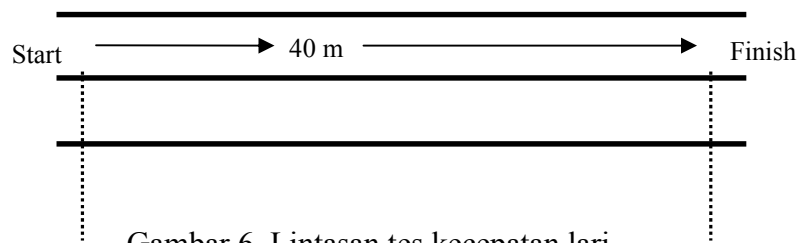
1) Pelaksanaan:

Berilah tanda lintasan lari sepanjang 40 meter.

- 2) Tiap testi melakukan start dengan posisi berdiri, dan kaki depan tepat berada di atas garis start.
- 3) Pemberi tanda waktu berdiri pada garis finish, meneriakkan aba-aba “siap” dan mengayunkan bendera untuk memberi tanda start pada testi.

Pada saat lengan diayunkan, pemberi tanda waktu secara bersamaan mulai menghidupkan stopwatch yang dipegang.

- 4) Hentikan stopwatch pada saat dada testi telah melewati garis finish
- 5) Tekankan kepada testi agar lari secepat mungkin.
- 6) Testi diperbolehkan melakukan dua kali.
- 7) Penilaian yaitu catatlah waktu yang diperlukan pada pelaksanaan yang paling cepat dengan ketelitian 0,1 detik terdekat.



Gambar 6. Lintasan tes kecepatan lari

3. Tes mengukur kemampuan menggiring bola

Tes untuk mengukur kemampuan menggiring bola digunakan tes menggiring bola (Nurhasan, 1986: 321), dengan uraian sebagai berikut :

a. Tujuan :

Mengukur keterampilan menggiring bola.

b. Alat/fasilitas:

- 1) bola 2 buah
- 2) stopwatch
- 3) 6 buah rintangan (tongkat/lembing)

4) tiang bendera, dan

5) kapur.

c. Pelaksanaan:

1) Pada aba-aba “siap”, siswa berdiri di belakang garis start dengan bola dalam penguasaan kakinya.

2) Pada aba-aba “ya” siswa mulai menggiring bola ke arah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang telah ditetapkan sampai siswa melewati garis finis.

3) Salah arah dalam menggiring bola, siswa harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki, dimana siswa melakukan kesalahan dan selama itu pula stopwatch tetap jalan.

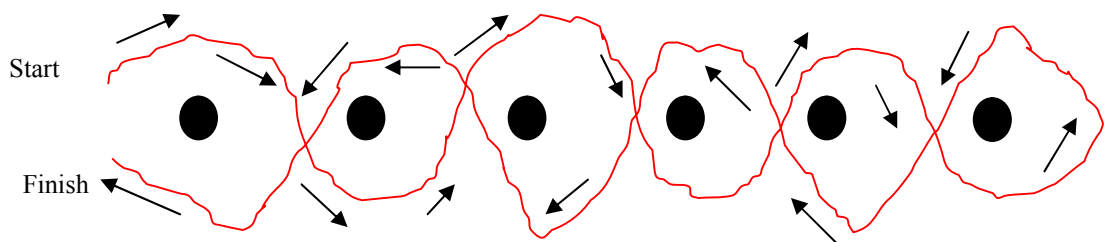
4) Menggiring bola dilakukan oleh kaki kanan dan kiri bergantian atau minimal salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan.

5) Gerak tersebut dinyatakan gagal bila :

a) Siswa menggiring bola hanya dengan satu kaki saja.

b) Siswa menggiring bola tidak sesuai dengan arah panah.

c) Siswa menggunakan anggota badan selain kaki pada saat menggiring bola.



Gambar 7. Gambar tes menggiring bola

d. Cara memberi skor:

Waktu yang ditempuh oleh siswa dari aba-aba “ya” sampai siswa melewati garis finis. Waktu dicatat sampai 1/10 detik.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan korelasi *pearson pruduct moment*. Sebelum diadakan pengujian dalam analisis korelasi perlu dilakukan uji persyaratan, yang dimaksudkan untuk mengetahui apakah data yang dianalisis memenuhi prasyarat. Uji prasyarat tersebut adalah uji normalitas dan uji linieritas.

Setelah semua diuji prasyarat dilakukan, baru kemudian dilakukan korelasi. Korelasi yang digunakan adalah korelasi sederhana, korelasi parsial, dan korelasi ganda. Analisis korelasi sederhana dan korelasi parsial dan menggunakan uji T, sedang uji korelasi ganda menggunakan uji F (Wiratna 2008:147).

1. Uji Prasayarat analisis

a. Uji Normalitas

Untuk mengetahui kenormalan data dalam suatu kurva normal maka, dilakukan uji normalitas data. Dalam penelitian ini dihitung menggunakan metode chi-kuadrat (Sutrisno Hadi, 1989 :317) dengan rumus sebagai berikut:

$$\chi^2 = \sum \frac{(Fo - Fh)^2}{Fh}$$

Keterangan:

χ^2 = nilai chi-kuadrat

Fo = frekuensi data yang diperoleh

Fh = frekuensi yang diharapkan

b. Uji Linieritas

Untuk melakukan uji linieritas dari korelasi tiap predictor dengan kriterium, menggunakan rumus dari Sudjana (1996: 332):

$$F = \frac{S_{TC}^2}{S_e^2}$$

Keterangan:

F = nilai linieritas

S = standar deviasi

TC = tuna cocok

E = kesalahan

2. Pengujian Hipotesis

a. Hubungan Pengujian Hipotesis-1 dan Hipotesis-2

Pengujian hipotesis-1 dan hipotesis-2 menggunakan analisis korelasi *product moment*. Untuk menghitung korelasi antara variabel dengan kriterium menggunakan rumus korelasi dalam Sudjana (1996: 369) sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

N = jumlah sampel

X = variabel bebas

X₁ = kelincahan

X₂ = kecepatan lari

Y = variabel terikat (kemampuan menggiring bola)

b. Pengujian Hipotesis-3

Menghitung hubungan dari ketiga variabel terhadap kriteria dengan analisis regresi tiga prediktor menggunakan rumus dari Sutrisno Hadi (2001:

33) sebagai berikut:

$$R_{y(12)} = \sqrt{\frac{b_1 \Sigma x_{1y} + b_2 \Sigma x_{2y}}{\Sigma y}}$$

Keterangan:

$R_{y(1,2)}$ = Nilai koefisien korelasi tiga prediktor

a = bilangan koefisien

X_{1y} = nilai skor deviasi antar nilai prediktor pertama dengan kriteria

X_{2y} = nilai skor deviasi antar nilai prediktor kedua dengan kriteria

Adapun rumus yang digunakan untuk menguji korelasi dua prediktor tersebut adalah:

$$F_{reg} = \frac{R (N - m - 1)}{m (1 - R^2)}$$

Keterangan:

F_{reg} = nilai bilangan F untuk garis regresi

R^2 = kuadrat koefisien korelasi dua prediktor

R^2 = kuadrat koefisien korelasi dua prediktor

N = jumlah sampel

m = jumlah variabel

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasional, dengan data kuantitatif yang diperoleh dengan menggunakan metode survei. Pengambilan data dengan tes dan pengukuran. Data yang dicari adalah kelincahan dan kecepatan lari serta keterampilan menggiring bola. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa putra dan putri kelas IV dan V SD Negeri I Pagerkasih, Kecamatan Bumijawa, Kabupaten Tegal berjumlah 60 siswa.

Sebelum dilakukan analisis data secara menyeluruh, disajikan deskripsi data penelitian.

1. Deskripsi Data Penelitian

Data penelitian diambil dari 60 orang siswa putra dan putri kelas IV dan V SD Negeri I Pagerkasih, dengan deskripsi sebagai berikut :

a. Deskripsi Data Kelincahan

Hasil analisis statistik deskriptif dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut :

Tabel 1. Analisis Statistik Deskriptif Kelincahan

Variabel	max	Min	Mean	median	modus	St dev
Kelincahan	16,5	11,20	13,2747	13,4	13,4	1,9876

Berdasarkan tabel di atas maka dapat dijelaskan analisis deskriptif statistik sebagai berikut :

Hasil analisis statistik deskriptif untuk kelincahan siswa diperoleh nilai Rerata = 13,2747, Median = 13,4, Modus = 13,4, standar deviasi =

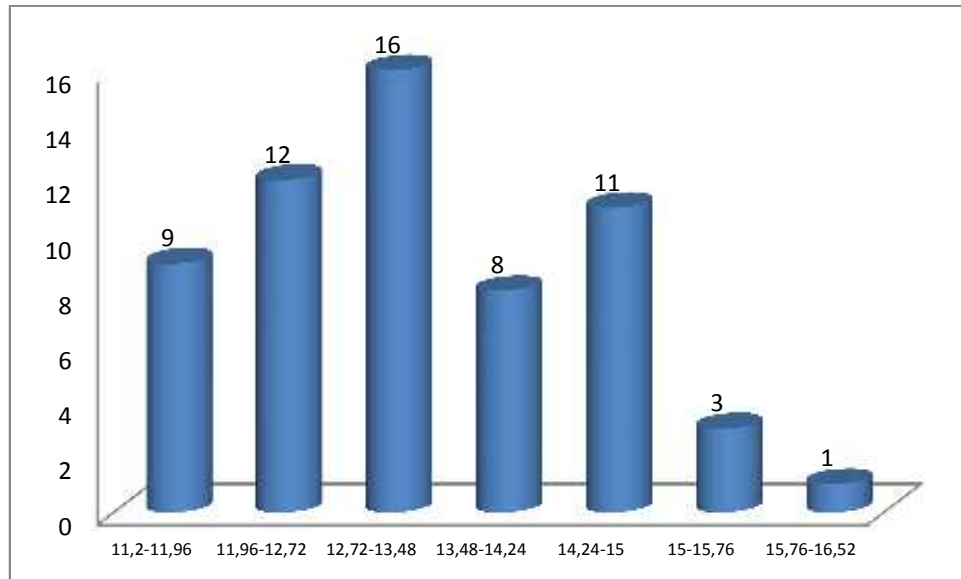
1,9876, Minimal = 8, Maksimal = 16,5, Range (R) = 5,3. Selanjutnya disusun tabel distribusi frekuensi dengan jumlah kelas (K) menggunakan rumus $1 + 3,3 \log n$ atau $1 + 3,3 \log 60 = 6,87$ yang dibulatkan menjadi 7. Besarnya interval (I) adalah R/K atau $I = 5,3/7 = 0,76$.

Berikut adalah tabel distribusi frekuensi kelincahan siswa

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kelincahan

No.	Interval Kelas	Frekuensi	Persentase (%)
1	11,20 - 11,96	9	15,0%
2	11,96 - 12,72	12	20,0%
3	12,72 - 13,48	16	26,7%
4	13,48 - 14,24	8	13,3%
5	14,24 - 15,00	11	18,3%
6	15,00 - 15,76	3	5,0%
7	15,76 - 16,52	1	1,7%
Total		60	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi data kelincahan siswa di atas terlihat bahwa skor yang diperoleh siswa saat melakukan tes kelincahan berada pada rentang antara 11,20 sampai dengan 16,5. Secara visual hasil tes kelincahan siswa dapat digambarkan dalam diagram berikut:



Gambar 8. Distribusi Frekuensi Kelincahan Siswa

b. Deskripsi Data *Kecepatan lari*

Hasil analisis statistik deskriptif dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut

Tabel 3. Analisis Statistik Deskriptif *Kecepatan lari*

Variabel	max	Min	mean	median	modus	St dev
<i>Kecepatan lari</i>	13,1	8,9	10,62	10,7	10,7	0,95435

Berdasarkan tabel di atas maka dapat dijelaskan analisis deskriptif statistik sebagai berikut :

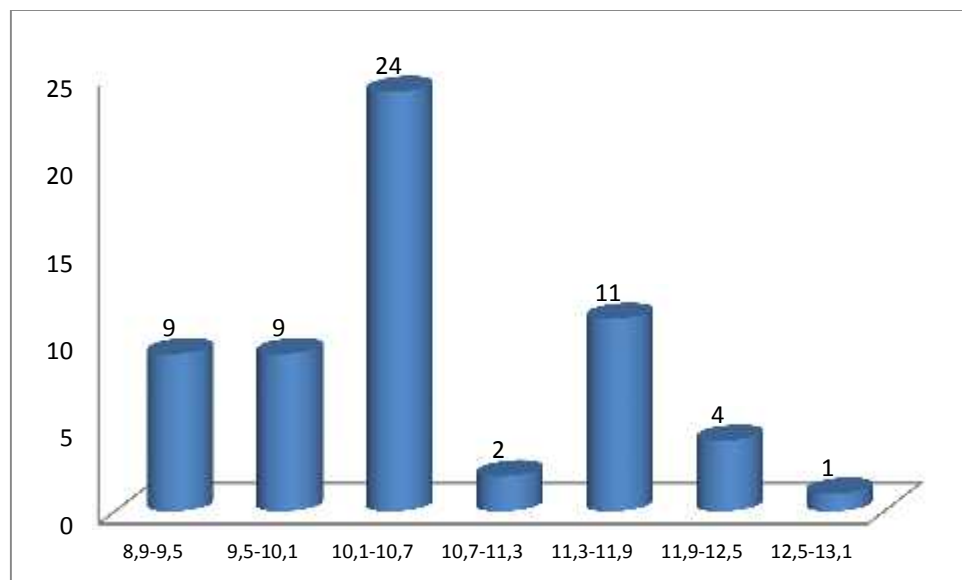
Hasil analisis statistik deskriptif untuk *kecepatan lari* siswa diperoleh nilai Rerata = 10,62, Median = 10,7, Mode = 10,7, standar deviasi = 0,95435, Minimal = 8,9, Maksimal = 13,1, Range (R) = 10. Selanjutnya disusun tabel distribusi frekuensi dengan jumlah kelas (K) menggunakan rumus $1 + 33 \log n$ atau $1 + 3,3 \log 20 = 6,87$ yang dibulatkan menjadi 7. Besarnya interval (I) adalah R/K atau $I = 4,2/7 = 0.6$.

Berikut adalah tabel distribusi frekuensi *kecepatan lari* :

Tabel 4. Distribusi Frekuensi *Kecepatan lari*

No.	Interval Kelas	Frekuensi	Persen
1	8,9 - 9,5	9	15,0%
2	9,5 - 10,1	9	15,0%
3	10,1 - 10,7	24	40,0%
4	10,7 - 11,3	2	3,3%
5	11,3 - 11,9	11	18,3%
6	11,9 - 12,5	4	6,7%
7	12,5 - 13,1	1	1,7%
Total		60	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi data *kecepatan lari* siswa di atas terlihat bahwa skor yang diperoleh siswa saat melakukan tes *40 meter* berada pada rentang antara 8,9 sampai dengan 13,1. Secara visual hasil tes *kecepatan lari* siswa dapat digambarkan dalam diagram berikut:



Gambar 9. Distribusi Frekuensi *Kecepatan lari*

c. Deskripsi Data Keterampilan menggiring bola

Hasil analisis statistik deskriptif dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut :

Tabel 5. Analisis Statistik Deskriptif Keterampilan menggiring bola.

Variabel	Max	Min	mean	median	modus	St dev
Keterampilan menggiring bola	20,5	16,5	19,0783	18,0783	20,20	1,04802

Berdasarkan tabel di atas maka dapat dijelaskan analisis deskriptif statistik sebagai berikut :

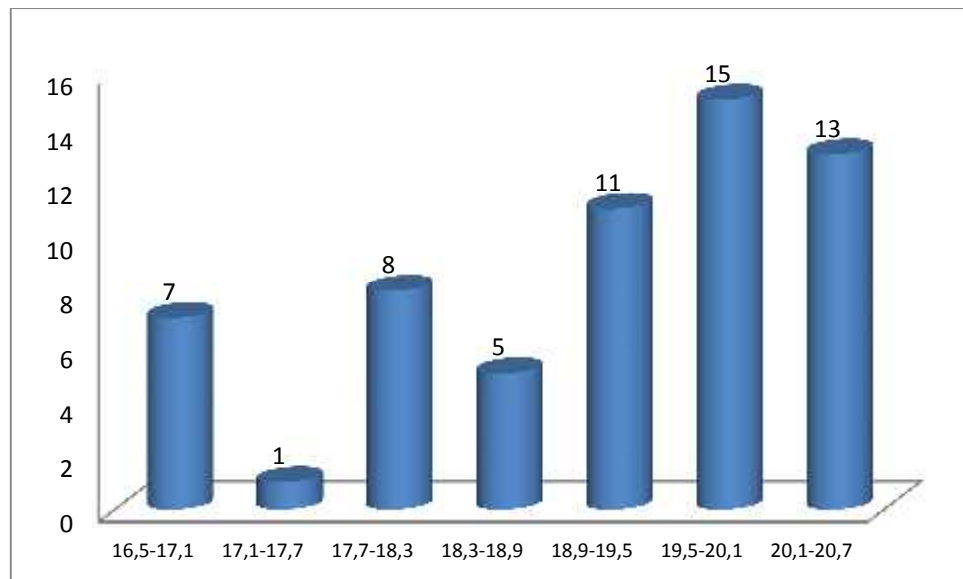
Hasil analisis statistik deskriptif keterampilan menggiring bola siswa diperoleh nilai Rerata = 19,0783, Median = 18,0783, Mode = 20,20, standar deviasi = 1,04802, Minimal = 16,5, Maksimal = 20,5, Range (R) = 18. Selanjutnya disusun tabel distribusi frekuensi dengan jumlah kelas (K) menggunakan rumus $1 + 33 \log n$ atau $1 + 3,3 \log 20 = 6,87$ yang dibulatkan menjadi 7. Besarnya interval (I) adalah R/K atau $I = 18/5 = 3,6$.

Berikut adalah tabel distribusi frekuensi keterampilan menggiring bola:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Keterampilan menggiring bola

No.	Interval Kelas	Frekuensi	Persen
1	16,5 - 17,1	7	11,7%
2	17,1 - 17,7	1	1,7%
3	17,7 - 18,3	8	13,3%
4	18,3 - 18,9	5	8,3%
5	18,9 - 19,5	11	18,3%
6	19,5 - 20,1	15	25,0%
7	20,1 - 20,7	13	21,7%
Total		60	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi data keterampilan menggiring bola siswa di atas terlihat bahwa skor yang diperoleh siswa saat melakukan tes menggiring bola berada pada rentang antara 16,5 sampai dengan 20,7. Secara visual hasil tes keterampilan menggiring bola siswa dapat digambarkan dalam diagram berikut:



Gambar 10. Distribusi Frekuensi Keterampilan menggiring bola

B. Hasil Analisis Data

Sebelum dilakukan analisis statistik, terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Penggunaan uji normalitas untuk mengetahui normal dan tidaknya distribusi data yang diperoleh, sedangkan penggunaan uji linearitas untuk mengetahui sifat hubungannya linear atau tidak antara variabel bebas dan terikat. Hasil uji prasyarat analisis disajikan sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas diujikan pada masing-masing data penelitian yaitu kelincahan, *kecepatan lari*, dan keterampilan menggiring bola. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan rumus *kolmogorov-smirnov* yaitu untuk mengetahui distribusi datanya menyimpang atau tidak dari distribusi normal. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal dan tidaknya suatu sebaran adalah jika $p > 0.05$ (5%) sebaran dinyatakan normal, dan jika $p < 0.05$ (5%) sebaran dikatakan tidak normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 7. Hasil Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov*

Data	<i>p</i>	Keterangan
Kelincahan	0,480	Normal
<i>Kecepatan lari</i>	0,072	Normal
Keterampilan menggiring bola	0,103	Normal

Dari hasil diatas diperoleh nilai signifikansi (*p*) masing-masing variabel > 0.05 , sehingga disimpulkan distribusi data ketiga kelompok dinyatakan normal.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas menggunakan uji F (Sutrisno Hadi, 1987:14), dalam penelitian ini akan menguji (H_0) bahwa varians dari variabel-variabel tersebut sama. Untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan nilai *p* dengan 0,05 pada taraf signifikansi 5 %. Regresi tersebut dikatakan linier apabila $p > 0,05$, Sebaliknya dikatakan tidak linier apabila $p < 0,05$.

Hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 8. Hasil Uji Linearitas

Data	P	keterangan
$X_1 \rightarrow Y$	0,115	Linear
$X_2 \rightarrow Y$	0,323	Linear

Dari perhitungan uji linearitas diatas maka dapat dijelaskan bahwa hasil pengujian regresi kedua variabel bebas di atas menghasilkan nilai $p > 0,05$, sehingga tiap variabel bebas dinyatakan linear dengan variabel terikatnya.

C. Pengujian Hipotesis

Hasil perhitungan uji normalitas dan linearitas menunjukkan bahwa sebarannya normal dan variansnya linear, sehingga data dianalisis lebih lanjut dengan statistik parametrik. Berikut ini adalah hipotesis yang akan diuji:

a. Uji Hipotesis Pertama

Hipotesis pertama berbunyi “Ada sumbangan yang signifikan dari kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola Siswa SD Negeri 1 Pagerkasih Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal”

Berikut tabel hasil analisis data dan pengujian hipotesis yang diperoleh:

Tabel 9. Analisis Data dan Pengujian Hipotesis 1

Pengaruh	t_{hitung}	t_{tabel}	df	Kesimpulan
$X_1.Y$	3,210	2,00179	58	Signifikan

Harga koefisien variabel Kelincahan (X_1) dengan Keterampilan menggiring bola (Y) secara sederhana sebesar 0,800. Keberartian sumbangan diketahui melalui pengujian koefisien korelasi dengan menggunakan statistik t. Hasil penghitungan memperoleh nilai t_{hitung} sebesar 3,210 dengan nilai t_{tabel}

(0,05; df =58) sebesar 2,0017. Nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$, sehingga disimpulkan bahwa sumbangan variabel kelincahan memiliki keberartian dengan keterampilan menggiring bola. Jadi dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama **diterima**.

b. Uji Hipotesis Kedua

Hipotesis kedua berbunyi, “Ada sumbangan yang signifikan dari *kecepatan lari* terhadap keterampilan menggiring bola siswa SD Negeri 1 Pagerkasih Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal”.

Berikut tabel hasil analisis data dan pengujian hipotesis yang diperoleh

Tabel 10. Analisis Data dan Pengujian Hipotesis 2

Pengaruh	t_{hitung}	t_{tabel}	df	Kesimpulan
X_2Y	2,730	2,00179	58	Signifikan

Harga koefisien variabel *kecepatan lari* (X_2) dengan Keterampilan menggiring bola (Y) secara sederhana sebesar 0,853. Keberartian sumbangan variabel *kecepatan lari* diketahui melalui uji t. Hasil penghitungan memperoleh nilai t_{hitung} sebesar 2,730 dengan nilai t_{tabel} (0,05; df=18) sebesar 2,0017. Nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$, sehingga disimpulkan bahwa sumbangan variabel bebas tersebut memiliki keberartian, sehingga hubungan antara kedua variabel signifikan.

c. Uji Hipotesis Ketiga

Hipotesis ketiga berbunyi “Ada sumbangan yang signifikan dari kelincahan dan *kecepatan lari* terhadap keterampilan menggiring bola siswa SD Negeri 1 Pagerkasih Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal”.

Untuk menerima dan menolak hipotesis adalah dengan membandingkan hasil, F_{hitung} dengan F_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05. Apabila $F_{hitung} > F_{tabel}$ 0,05. Maka ada sumbangan yang signifikan antara kedua variabel bebas dengan variabel terikatnya. Sedangkan apabila $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka menunjukkan tidak adanya sumbangan yang signifikan antara kedua variabel bebas dengan variabel terikatnya. Hasil analisis koefisien korelasi ganda (Sutrisno Hadi, 1987:33) mengenai hubungan antara kelincahan dan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola dapat dilihat pada table berikut

Tabel 11. Hasil koefisien regresi ganda

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	23,208	2	11,604	15,902	,000
Residual	41,594	57	,730		
Total	64,802	59			
R	0,598				
R ²	0,358				

Dari hasil tersebut dapat diketahui $F_{hitung} = 15,902$ dan $F_{tabel} = 3,159$ dan nilai $p > 0.05$ pada taraf signifikansi 5 %. Oleh karena F_{hitung} lebih besar dari F_{tabel} ($15,902 > 3,159$). Hal ini berarti terdapat Ada sumbangan yang signifikan dari kelincahan dan *kecepatan lari* terhadap keterampilan menggiring bola, sehingga hipotesis **diterima**.

Bersarnya sumbangan relatif dan efektif dari masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat adalah :

Tabel 12. Sumbangan efektif dan sumbangan relative

Variabel	Sumbangan Efektif	Sumbangan Relatif
Kelincahan	16,4%	45,9%
Kecapatan Lari	19,4%	54,1%
Jumlah	35,8%	100,0%

Dari hasil tersebut dapat dikathui bahwa besarnya sumbangan efektif variabel kecepatan lari sebesar 19,4% lebih besar dibanding dengan sumbangan efektif variabel kelincahan sebesar 16,4%.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh hubungan antara kelincahan dan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola sebagai berikut :

1. Ada sumbangan yang signifikan antara kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola.
2. Ada sumbangan yang signifikan antara *kecepatan lari* terhadap keterampilan menggiring bola.
3. Ada sumbangan yang signifikan antara kelincahan dan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola.

Hasil uji regresi antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola nilainya besar, dan berdasarkan pengujian hipotesis secara sederhana ternyata besarnya hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola signifikan. Variabel Kelincahan memberikan sumbangan yaitu 48,9% dengan keterampilan menggiring bola siswa SD Negeri 1 Pagerkasih Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal. Sehingga dari hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan kelincahan yang baik akan memberikan pengaruh yang signifikan untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola.

Berdasarkan pengujian hipotesis, hubungan antara variabel *kecepatan lari* dengan keterampilan menggiring bola siswa SD Negeri 1 Pagerkasih

Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal nyata keberartiannya. Sumbangan sebesar 44% dari variabel *kecepatan lari* ini nyata pengaruhnya dengan hasil keterampilan menggiring bola siswa. Dengan demikian variabel *kecepatan lari* sangat mendukung keterampilan menggiring bola.

Analisis korelasi ganda untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dan kecepatan lari secara bersama-sama dengan keterampilan menggiring bola siswa SD Negeri 1 Pagerkasih Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal. Hasilnya jika siswa memiliki kelincahan dan kecepatan lari dengan baik maka keterampilan menggiring bola juga akan baik. Sumbangan kedua variabel tersebut secara bersama-sama sebesar 35,8%.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola. Dengan koefisien korelasi nilai t_{hitung} sebesar 3,210 dengan nilai t_{tabel} sebesar 2,0017, ($t_{hitung} > t_{tabel}$).
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola. Dengan koefisien korelasi nilai t_{hitung} sebesar 2,730 dengan nilai t_{tabel} sebesar 2,0017, ($t_{hitung} > t_{tabel}$).
3. Secara bersama-sama terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan kemampuan *kecepatan lari* dengan keterampilan menggiring bola dengan koefisien korelasi nilai F_{hitung} sebesar 15,902 dengan nilai F_{tabel} sebesar 3,159, ($F_{hitung} > F_{tabel}$).

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini mempunyai implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait dengan bidang olahraga, khususnya cabang permainan Sepakbola yaitu bagi guru, pelatih maupun siswa yang akan meningkatkan keterampilan menggiring bola hendaknya memperhatikan faktor-faktor kelincahan dan kemampuan kecepatan lari. Hal ini dikarenakan kedua variabel ini memberikan sumbangan yang besar terhadap keterampilan menggiring bola.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pembatasan masalah agar penelitian yang dilakukan lebih fokus. Namun demikian dalam pelaksanaan di lapangan masih ada kekurangan atau keterbatasan sebagai berikut :

1. Pada saat pengambilan data tampak beberapa siswa tidak sungguh-sungguh dalam melakukan tes, meskipun telah diberikan motivasi baik dari peneliti maupun dari guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan namun masih saja terdapat beberapa siswa yang tidak memaksimalkan tenaga.
2. Terlaksananya pengambilan data peneliti tidak memperhatikan kondisi fisik subyek penelitian. Hal itu dikarenakan peneliti tidak mampu untuk mengontrol aktivitas yang dilakukan subyek sebelum pengambilan data.

D. Saran-saran

1. Bagi guru, saat membina siswa khususnya pada permainan sepakbola, hendaknya tidak hanya memperhatikan faktor teknik dan fisik yang mempengaruhi hasil keterampilan menggiring bola seperti kelincahan dan *kecepatan lari*, karena dalam bermain Sepakbola kesatuan antara kelincahan dan *kecepatan lari* akan menghasilkan hasil yang maksimal.
2. Bagi siswa, untuk memperoleh prestasi yang optimal dalam bermain Sepakbola maka selain melatih teknik juga perlu menambah latihan-latihan yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola, seperti melatih kelincahan.

3. Bagi peneliti berikutnya, agar dapat melakukan penelitian terhadap keterampilan menggiring bola dengan menambah variabel-variabel yang lain, dan juga memperluas lingkup penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Australian Soccer Federation. (1984). *Coach's Manual Melbourne*: The Broken Hill Proprietary Company Ltd.
- Badan Standar Nasional Pendidikan, (2006). *Permediknas Nomor 24 Tahun 2006 tentang Pelaksanaan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 22 tahun 2006 tentang standar Isi untuk satuan pendidikan Dasar dan Menengah dan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 23 Tahun 2006 Tentang Standar Kompetensi Lulusan untuk satuan pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta : BSNP.
- Barry L. Johnson. (1986). *Prototiocal Measurement for Evaluation in Physical Education*. New York: Mac Milan Publishing Company.
- Bompa, Tudor. O. (1994). *Power Training For Sport*. Canada: Mosaic Press.
- Budiwanto.(2004). *Pengetahuan Dasar Melatih Olahraga*. Malang : Universitas Negeri Malang.
- Dangsina Moeloek dan Arjadino Tjokro. (1984). *Kesehatan Olahraga*. Jakarta: FK UI.
- Depdiknas. (2003). *Kurikulum 2004 Sekolah Menengah Pertama (SMP)*. Jakarta: Depdiknas.
- Dian Ika. (2007). *Tingkat Keterampilan Dasar Pemain Putri Mataram Sleman*. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta: FIK UNY.
- Depdiknas, (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Jakarta: Pusat Kurikulum Balitbang Depdiknas.
- _____, (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Eddy Purnomo. (2011). *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- _____. (2007). *Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik*. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Engkos Kosasih. (1985). *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akademika Presindo.
- Hariyoko dan Mahmud (1991). *Program Latihan Kebugaran Jasmani*, Malang : IKIP Negeri Malang.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.

- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Jonath U, Haag E., & Krempel R. (1987). *Atletik I (Alih Bahasa Suparno)*. Jakarta: PT. Rosda Jaya Putra.
- Kirkendall. Don R, (1980). *Measurement and Evaluasion For Physical Educators*. WM. C. Brown Company Publisher.
- M. Sajoto, (1995), *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*, Semarang : Dahara Prize.
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-dasar Sepak bola*. Bandung: Pakar Raya.
- Mahmud, Yunus. (1991). *Psikologi Olahraga* . Fakultas Ilmu Pendidikan: Malang.
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktik 1*. Jakarta: Erlangga.
- Muhammad Diyaudin. (2011). *Hubungan Antara Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 Durenan Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2010/2011*. Kediri : Universitas Nusantara PGRI.
- Nurhasan. (1986). *Tes Dan Pengukuran*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Ratinus Darwis & Dt Penghulu Basa. (1992). *Olahraga Pilihan Sepaktakraw*. Jakarta: Depdikbud.
- Roji. (2004). *Pendidikan Jasmani untuk SMP Kelas VIII*. Jakarta : Erlangga.
- Slamet SR (1994). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan 1*. Solo : Tiga Serangkai.
- Soedjono. (1985). *Sepak bola, Taktik dan Kerjasama*. Yogyakarta: PT. Badan Penerbit Kedaulatan Rakyat.
- Soekatamsi. 1988. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta: Tiga Serangkai.
- Sri Rumini. (1995). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UPP UNY
- Sucipto. dkk. (2000). *Sepak bola*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sudjana. (1996). *Statistika*. Bandung : Tarsito.
- Suharno HP. (1992). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta
- Suharsimi Arikunto. (1996). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan*

Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.

----- (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugeng Purwanto. (2004). *Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola*

Sutrisno Hadi, (1989), *Metode Research*, Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.

Wahjoedi. (2000). *Tes, Pengukuran, Evaluasi Dalam Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Jakarta : Badan Kerjasama Perguruan Tinggi Indonesia Timur.

Yoyo Bahagia, Adang Suherman. (2000). *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta, Depdiknas.

Yusuf Adisasmita. (1989). *Olahraga Pilihan Atletik*. Jakarta :Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan

Rezkyeko dalam : <http://rezkyeko.wordpress.com/2012/02/19/teknik-menggiring-bola-dribbling-baik-dalam-sepak-bola/>dituliskan: Februari 19, 2012 /Filed under: [Football](#) | [Leave a comment »](#)

LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Ijin Penelitian dari Fakultas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw.255

Nomor : 315/UN.34.16/PP/2013 24 Juni 2013
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Penelitian
Yth. : Ka. UPTD Kec. Bumijawa
Kab.Tegal, Jawa Tengah

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Prima Aziz Afifi
NIM : 09604224056
Program Studi : S1 PGSD Penjas (PKS)
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : Mei s.d. Agustus 2013
Tempat/obyek : SD N Pagerkasih I, Kec. Bumijawa, Tegal
Judul Skripsi : Hubungan Kelicahan Dan Kecepatan Lari Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepak Bola Siswa Sekolah Dasar.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.


Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP-19660824 198601 1 001

Tembusan :
1. Kepala Sekolah SD N Pagerkasih I
2. Koordinator S1 PGSD-Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs

Lampiran 2 : Lembar Pengesahan

LEMBAR PENGESAHAN

Proposal Penelitian Tentang:

"HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KECEPATAN LARI DENGAN KETERAMPILAN
MENGGIKIR BOLA PADA PERMAINAN SEPAK BOLA SISWA SEKOLAH DASAR"

Nama : Prima Aziz Afifi


NIM : 09604224056

Jurusan/Prodi : PGSD PENJAS

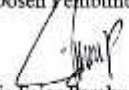
Telah diperiksa dan dinyatakan layak untuk diteliti.

Yogyakarta, 4 Juni 2013


Kaprodi PGSD Penjas


Sriawan, M.Kes
NIP. 19580830 198703 1 003

Dosen Pembimbing


Aris Fajar Pambudi, M.Or.
NIP. 19820522 200912 1 006

Kastubay Pendidikan FIK UNY


Sufiyem, S.Si
NIP. 19760522 199903 2 001

Lamp : 1 bendel Proposal penelitian
Hal : Permohonan Surat Penelitian

Kepada
Yth. Dekan FIK-Universitas Negeri Yogyakarta
Jalan Kolombo No. 1
Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak Dekan berkenan membuat surat ijin penelitian bagi :

Nama Mahasiswa : Prima Aziz Afifi
Nomor Mahasiswa : 09604224056
Program Studi : PGSD Penjas
Judul Skripsi : HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KECEPATAN LARI
DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAK
BOLA SISWA SEKOLAH DASAR.

Pelaksanaan pengambilan data :

Waktu : Mei s/d Agustus 2013
Tempat / Objek : SD N Pagerkasih I, Kecamatan Bumijawa, Tegal.

Atas perhatian, bantuan dan terkabulnya permohonan ini, diucapkan terim kasih.

Yogyakarta, 4 Juni 2013

Yang mengajukan,



Prima Aziz Afifi
NIM. 09604224056

Mengetahui :

Kaprodi PGSD Penjas



Sriawan, M.Kes.
NIP. 19580830 198703 1 003

Dosen Pembimbing



Aris Fajar Pambudi, M.Or
NIP. 19820522 200912 1 006

Lampiran 3 : Sertifikat Kalibrasi Stop Watch dari Balai Metrologi



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
BALAI METROLOGI WILAYAH SURAKARTA**

Jl. Brig. Jend. Slamet Riyadi No. 308 Surakarta – Telp. (0271) 747 609, 714 944 Fax. (0271) 733 502 Kode pos 57141

SERTIFIKAT KALIBRASI

Calibration Certificate

Nomor : 510.64 / 835

No. Order : **480 - UP**
19 - 02 - 2013

NAMA ALAT

Measuring Instrument

: **Stop Watch**

Merek / Buatan

: STRATO

Trade Mark / Manufactured by

: -

Model / Tipe

: -

Model / Type

Nomor Seri

: -

Serial / Number

Kelas

: -

Class

Kapasitas

: 15M 30S

Daya Baca

: 0,1 s

Capacity

Readability

PEMAKAI

: SDN 01 JANTIHARJO, JATIPURO, KARANGANYAR

User

Alamat

: Mawang, Jantiharjo, Jatipuro, Karanganyar

Address

METODE STANDAR DAN KETERTELUKURAN

Method, Standard and Traceability

Metode

: Perbandingan Langsung dengan Standar

Method

Standar

: Stop Watch Digital

Standard

Model / Tipe

: Citizen

Model / Type

Nomer Seri

: LSW 9111-A

Serial Number

Kapasitas

: 59H 59M 59S / 0,001 s

Capacity

Ketelusuran

: Hasil kalibrasi yang dilaporkan tertelusur melalui Balai Metrologi Wilayah Surakarta.

Traceability

HASIL KALIBRASI

Calibration Result

: **Terlampir**

Attachment

Surakarta, 20 Februari 2013

a.n. KEPALA BALAI
Kepala Seksi Teknik,

Drs. Sularso, M.Si.
Penata Tk. 1
NIP. 19610115 198202 1 004

Dilarang menggandakan sebagian dan atau seluruh isi Sertifikat Kalibrasi ini tanpa seizin dari Balai Metrologi Wilayah Surakarta.

Halaman 1 dari 2

DATA KALIBRASI

Calibration Data

- Tanggal diterima	: 19 Februari 2013
- Tanggal diuji	: 20 Februari 2013
- Diuji oleh	: Soeharfin, S.H.
- Lokasi	: Laboratorium Balai Metrologi Wilayah Surakarta
- Kondisi ruangan	: Suhu : (25 ± 0,46) °C
	: Kelembaban : (64 ± 2,04) %

HASIL PENGUJIAN

Calibration Result

No.	Skala (cm)	Penunjukkan (cm)
1	0 – 10	0.001
2	0 – 20	0.001
3	0 – 30	0.001
4	0 – 40	0.001
5	0 – 60	0.001
6	0 – 120	0.001
7	0 – 180	0.001
8	0 – 300	0.002
9	0 – 600	0.002
Ketidakpastian (k = 2,01) = + 0.61 s		

EVALUASI

Evaluation

- Koreksi adalah nilai yang dijumlahkan.

Penguji,

Soeharfin, S.H.
Penata Tk.I

NIP. 19640712 198411 1 001

Dilarang menggandakan sebagian dan atau seluruh isi Sertifikat Kalibrasi ini tanpa seizin dari Balai Metrologi Wilayah Surakarta.



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
BALAI METROLOGI WILAYAH SURAKARTA

Jl. Brig. Jend. Slamet Riyadi No. 368 Surakarta – Telp. (0271) 717 809, 714 944 Fax. (0271) 733 502 Kode pos 57141

SERTIFIKAT KALIBRASI

Calibration Certificate

Nomor : 510.64 / 875

No. Order : 481 - S
19 - 02 - 2013

NAMA ALAT

Measuring Instrument

: Stop Watch

Merek / Buatan

: TIMEHUNTER 60 WAGI

Trade Mark / Manufactured by

Model / Tipe

: -

Model / Tipe

Nomor Seri

: -

Serial / Number

Kapasitas

: 59H 59M 59s

Capacity

Kelas

Class

Daya Baca

: 0,01 s

Readability

PEMAKAI

MARDIYONO

User

Alamat

: Mawang, Jantiharjo, Jatipuro, Karanganyar

Address

METODE STANDAR DAN KETERTELUKURAN

Method, Standard and Traceability

Metode

: Perbandingan Langsung dengan Standar

Method

Standar

: Stop Watch Digital

Standard

Model / Tipe

: Citizen

Model / Tipe

Nomer Seri

: LSW 9111-A

Serial Number

Kapasitas

: 59H 59M 59S / 0,001 s

Capacity

Ketelusuran

: Hasil kalibrasi yang dilaporkan tertelusur melalui Balai Metrologi Wilayah Surakarta.

Traceability

HASIL KALIBRASI

Calibration Result

: Terlampir

Attachment

Surakarta, 20 Februari 2013

Kepala Balai
Kepala Seksi Teknik,
Drs. Sularso, M.Si.
Penata Tk. 1
NIP. 19610415 198202 1 004

Dilarang menggandakan sebagian dan atau seluruh isi Sertifikat Kalibrasi ini tanpa seizin dari Balai Metrologi Wilayah Surakarta.

Halaman 1 dari 2

DATA KALIBRASI

Calibration Data

- Tanggal diterima	: 19 Februari 2013
- Tanggal diuji	: 20 Februari 2013
- Diuji oleh	: Soeharfin, S.H.
- Lokasi	: Laboratorium Balai Metrologi Wilayah Surakarta
- Kondisi ruangan	: Suhu : $(25 \pm 0,45) ^\circ\text{C}$ Kelembaban : $(64 \pm 2,04) \%$

HASIL PENGUJIAN

Calibration Result

No.	Skala (cm)	Penunjukkan (cm)
1	0 – 10	0.001
2	0 – 20	0.001
3	0 – 30	0.001
4	0 – 40	0.001
5	0 – 60	0.001
6	0 – 120	0.001
7	0 – 180	0.001
8	0 – 300	0.002
9	0 – 600	0.002
Ketidakpastian ($k = 2,00$) = $\pm 0.63 \text{ s}$		

EVALUASI

Evaluation

- Koreksi adalah nilai yang dijumlahkan.

Penguji,

Soeharfin, S.H.

Penata Tk.I

NIP. 19640712 198411 1 001

Dilarang menggandakan sebagian dan atau seluruh isi Sertifikat Kalibrasi ini tanpa seizin dari Balai Metrologi Wilayah Surakarta.

Lampiran 4: Surat Keterangan Pengujian dari Balai Metrologi



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
BALAI METROLOGI WILAYAH SURAKARTA**

Jl. Brig. Jend. Slamet Riyadi No. 388 Surakarta.-Telp. 717809 Fax (0271) 733502 Kode Pos 57141

SURAT KETERANGAN PENGUJIAN

Nomor : 510.61 / 776

No. Order : **480 - UP**
19-02-2013

Jenis Alat UTTP : Ukuran Panjang
Merek / Type / Nomor Seri : HEIGHT / 26 SM / 1013522
Kapasitas/Daya Baca : 200 cm / 1 mm
Buatan :
Pemilik / Pemakai : SD Negeri 01 Jatiharjo, Jatipuro, Karanganyar
Alamat : Mawang, Jatiharjo, Jatipuro, Karanganyar
Diuji oleh : Soeharfin, S.H. NIP. 19640712 198411 1 001
Tanggal Pengujian : 19 Februari 2013
Metode : Perbandingan langsung dengan Standar
Hasil Pengujian : Disahkan pada Tera Ulang Tahun 2013 berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 1981 tentang Metrologi Legal dengan membubuhkan Tanda Tera Sah dan Tanda Tera Jaminan.

Surakarta, 19 Februari 2013

a.n. KEPALA BALAI
Kepala Seksi Teknik,

Drs. Sularso, M.Si.

Penata Tk. I

NIP. 19610415 198202 1 004

CATATAN :

1. Tera Ulang berikutnya bulan **Pebruari 2014**.
2. Keterangan ini tidak berlaku apabila tanda tera rusak.

Dilarang menggandakan sebagian dan atau seluruh isi Surat Keterangan Pengujian ini tanpa seizin dari Balai Metrologi Wilayah Surakarta.

DATA PENGUJIAN

- Jenis Alat UTTP : Ukuran Panjang
- Merk / Type / No. Seri : HEIGHT / 26 SM / 1013522
- Kapasitas / Daya Baca : 200 cm / 1 mm
- Tanggal Pengujian : 19 Pebruari 2013
- Diuji Oleh : Soeharfin, S.H.

HASIL PENGUJIAN

Ukuran Panjang :

No.	Skala (cm)	Penunjukkan Standar (cm)	Kesalahan (mm)
1.	0 - 20	20,00	0,00
2.	20 - 40	20,00	0,00
3.	40 - 60	20,00	0,00
4.	60 - 80	20,00	0,00
5.	80 - 100	20,00	0,00
6.	100 - 120	20,00	0,00
7.	120 - 140	20,00	0,00
8.	140 - 160	20,00	0,00
9.	160 - 180	20,00	0,00
10.	180 - 200	20,00	0,00

- Surat Keterangan Pengujian ini berlaku sampai bulan : **Pebruari 2014.**

Penguji,

Soeharfin, S.H.

Penera Muda

NIP. 19640712 198411 1 001



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
BALAI METROLOGI WILAYAH SURAKARTA**

Jl. Brig. Jend. Slamet Riyadi No. 368 Surakarta - Telp. 717609 Fax (0271) 733502 Kode Pos 57141

SURAT KETERANGAN PENGUJIAN

Nomor : 510.61 / 777

No. Order : **480 - UP**
19-02-2013

Jenis Alat UTTP : Ukuran Panjang
Merek / Type / Nomor Seri : BISON / - / -
Kapasitas/Daya Baca : 50 m / 1 mm
Buatan :
Pemilik / Pemakai : **SD Negeri 01 Jatiharjo, Jatipuro, Karanganyar**
A l a m a t : Mawang, Jatiharjo, Jatipuro, Karanganyar
Diuji oleh : Soeharfin, S.H. NIP. 19640712 198411 1 001
Tanggal Pengujian : 19 Februari 2013
Metode : Perbandingan langsung dengan Standar
Hasil Pengujian : Disahkan pada Tera Ulang Tahun 2013 berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 1981 tentang Metrologi Legal dengan membubuhkan Tanda Tera Sah dan Tanda Tera Jaminan

Surakarta, 19 Februari 2013
s.n. KEPALA BALAI
Kepala Seksi Teknik,

Drs. Sularso, M.Si.
Penata Tk. I
NIP. 19610415 198202 1 004

CATATAN :

1. Tera Ulang berikutnya bulan **Pebruari 2014**.
2. Keterangan ini tidak berlaku apabila tanda tera rusak.

Dilarang mengandakan sebagian dan atau seluruh isi Surat Keterangan Pengujian ini tanpa seizin dari Balai Metrologi Wilayah Surakarta.

DATA PENGUJIAN

- Jenis Alat UTTP : Ukuran Panjang
- Merk / Type / No. Seri : BISON / - / -
- Kapasitas / Daya Baca : 50 m / 1 mm
- Tanggal Pengujian : 19 Pebruari 2013
- Diuji Oleh : Soeharfin, S.H.

HASIL PENGUJIAN

Ukuran Panjang :

No.	Skala (m)	Penunjukkan Standar (m)	Kesalahan (mm)
1.	0 - 10	10,00	0,00
2.	10 - 20	10,00	0,00
3.	20 - 30	10,00	0,00
4.	30 - 40	10,00	0,00
5.	40 - 50	10,00	0,00

- Surat Keterangan Pengujian ini berlaku sampai bulan **Pebruari 2014**.

Penguji,

Soeharfin, S.H.

Penera Muda

NIP. 19640712 198411 1 001

Lampiran 5 : Surat Rekomendasi dari UPTD DIKPORA Kec.Bumijawa



PEMERINTAH KABUPATEN TEGAL
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
UPTD DIKPORA KECAMATAN BUMIJAWA
Jl. Raya Bumijawa No. 274 Telp 08122672653 Kode Pos 52466

SURAT REKOMENDASI
NO. 315/132/2013

Dasar surat dari Universitas Negeri Yogyakarta Fakultas Ilmu Keolahragaan, No. 315/UN 34.16/PP/2013 Tanggal 24 Juni 2013 Perihal : Permohonan Ijin Penelitian. Kepala UPTD Dikpora Kecamatan Bumijawa dengan ini memberikan Ijin/Rekomendasi kepada :

Nama : PRIMA AZIZ AFIFI
NIM : 09604224056
Program Studi : S1 PGSD Penjas (PKS)
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : Mei s.d Agustus 2013
Tempat/Obyek : SDN Pagerkasih 01 Kec. Bumijawa Kab. Tegal

Demikian surat ini kami buat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Bumijawa, 26 Juni 2013

Kepala UPTD Dikpora
Kecamatan Bumijawa
SUBIYANTO, S.Pd
NIP. 19580212197802 1 003

Tembusan, Kepada Yth :
1. Kepala SDN Pagerkasih 01

Lampiran 6 : Surat Keterangan pengambilan data dari SDN Pagerkasih 1



**PEMERINTAH KABUPATEN TEGAL
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA
SD NEGERI PAGERKASIH 01
KECAMATAN BUMIJAWA**

Alamat : Desa Pagerkasih, Kec. Bumijawa Kab. Tegal. Kode pos: 52466

SURAT KETERANGAN

No. 800 / 087/ 2013

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Dasar Negeri Pagerkasih 01 Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal, dengan sesungguhnya menerangkan bahwa :

Nama : Prima Aziz Afifi
NIM : 09604224056
Program Studi : PGSD Penjas
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Lembaga Pendidikan : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian di SD Negeri Pagerkasih 01 dengan judul "HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KECEPATAN LARI DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAK BOLA SISWA SEKOLAH DASAR" pada :

Hari : Rabu
Tanggal : 26 Juni 2013
Tempat : SD Negeri Pagerkasih 01, Bumijawa, Tegal.

Demikian surat keterangan ini kami buat, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.



Lampiran 7 : Frequencies

Frequencies

Lampiran 8 : Uji Linieritas

Uji Linieritas

Y (Keterampilan menggiring bola) * X1 (Kelincahan)

Y (Keterampilan menggiring bola) * X2 (Kecepatan Lari)

Lampiran 9 : Normalitas

Normalitas

Lampiran 10 : Regression

Regression

Lampiran 11 : Correlations

Correlations

Lampiran 12 : Tabel F

Tabel F (Sig. 5 %)

df	df					
	1	2	3	4	5	6
1	4052,181	4999,500	5403,352	3,323	4,609	3,785
2	99,499	99,000	99,166	3,986	4,826	3,986
3	26,241	30,817	29,457	4,538	5,420	4,538
4	13,894	18,000	16,694	4,773	6,226	5,292
5	9,825	13,274	12,060	5,412	6,927	5,953
40	4,085	3,232	2,839	2,606	2,449	2,336
41	4,079	3,226	2,833	2,600	2,443	2,330
42	4,073	3,220	2,827	2,594	2,438	2,324
43	4,067	3,214	2,822	2,589	2,432	2,318
44	4,062	3,209	2,816	2,584	2,427	2,313
45	4,057	3,204	2,812	2,579	2,422	2,308
46	4,052	3,200	2,807	2,574	2,417	2,304
47	4,047	3,195	2,802	2,570	2,413	2,299
48	4,043	3,191	2,798	2,565	2,409	2,295
49	4,038	3,187	2,794	2,561	2,404	2,290
50	4,034	3,183	2,790	2,557	2,400	2,286
51	4,030	3,179	2,786	2,553	2,397	2,283
52	4,027	3,175	2,783	2,550	2,393	2,279
53	4,023	3,172	2,779	2,546	2,389	2,275
54	4,020	3,168	2,776	2,543	2,386	2,272
55	4,016	3,165	2,773	2,540	2,383	2,269
56	4,013	3,162	2,769	2,537	2,380	2,266
57	4,010	3,159	2,766	2,534	2,377	2,263
58	4,007	3,156	2,764	2,531	2,374	2,260
59	4,004	3,153	2,761	2,528	2,371	2,257
60	4,001	3,150	2,758	2,525	2,368	2,254
61	3,998	3,148	2,755	2,523	2,366	2,251
62	3,996	3,145	2,753	2,520	2,363	2,249
63	3,993	3,143	2,751	2,518	2,361	2,246

Cuplikan tabel F diambil dari :

SPSS 10.0 Mengolah Data Secara Profesional

Singgih Santoso

Gramedia Pustaka Utama, 2001

Lampiran 13 : Tabel t

Tabel t (2 tile)

df	0,01	0,025	0,05	0,1	df	0,01	0,025	0,05	0,1
1	63,6567	25,4517	12,7062	6,3138	61	2,6589	2,2981	1,9996	1,6702
2	9,9248	6,2053	4,3027	2,9200	62	2,6575	2,2971	1,9990	1,6698
3	5,8409	4,1765	3,1824	2,3534	63	2,6561	2,2962	1,9983	1,6694
4	4,6041	3,4954	2,7764	2,1318	64	2,6549	2,2954	1,9977	1,6690
5	4,0321	3,1634	2,5706	2,0150	65	2,6536	2,2945	1,9971	1,6686
6	3,7074	2,9687	2,4469	1,9432	66	2,6524	2,2937	1,9966	1,6683
7	3,4995	2,8412	2,3646	1,8946	67	2,6512	2,2929	1,9960	1,6679
8	3,3554	2,7515	2,3060	1,8595	68	2,6501	2,2921	1,9955	1,6676
9	3,2498	2,6850	2,2622	1,8331	69	2,6490	2,2914	1,9949	1,6672
10	3,1693	2,6338	2,2281	1,8125	70	2,6479	2,2906	1,9944	1,6669
11	3,1058	2,5931	2,2010	1,7959	71	2,6469	2,2899	1,9939	1,6666
12	3,0545	2,5600	2,1788	1,7823	72	2,6459	2,2892	1,9935	1,6663
13	3,0123	2,5326	2,1604	1,7709	73	2,6449	2,2886	1,9930	1,6660
14	2,9768	2,5096	2,1448	1,7613	74	2,6439	2,2879	1,9925	1,6657
15	2,9467	2,4899	2,1314	1,7531	75	2,6430	2,2873	1,9921	1,6654
16	2,9208	2,4729	2,1199	1,7459	76	2,6421	2,2867	1,9917	1,6652
17	2,8982	2,4581	2,1098	1,7396	77	2,6412	2,2861	1,9913	1,6649
18	2,8784	2,4450	2,1009	1,7341	78	2,6403	2,2855	1,9908	1,6646
19	2,8609	2,4334	2,0930	1,7291	79	2,6395	2,2849	1,9905	1,6644
20	2,8453	2,4231	2,0860	1,7247	80	2,6387	2,2844	1,9901	1,6641
21	2,8314	2,4138	2,0796	1,7207	81	2,6379	2,2838	1,9897	1,6639
22	2,8188	2,4055	2,0739	1,7171	82	2,6371	2,2833	1,9893	1,6636
23	2,8073	2,3979	2,0687	1,7139	83	2,6364	2,2828	1,9890	1,6634
24	2,7969	2,3909	2,0639	1,7109	84	2,6356	2,2823	1,9886	1,6632
25	2,7874	2,3846	2,0595	1,7081	85	2,6349	2,2818	1,9883	1,6630
26	2,7787	2,3788	2,0555	1,7056	86	2,6342	2,2813	1,9879	1,6628
27	2,7707	2,3734	2,0518	1,7033	87	2,6335	2,2809	1,9876	1,6626
28	2,7633	2,3685	2,0484	1,7011	88	2,6329	2,2804	1,9873	1,6624
29	2,7564	2,3638	2,0452	1,6991	89	2,6322	2,2800	1,9870	1,6622
30	2,7500	2,3596	2,0423	1,6973	90	2,6316	2,2795	1,9867	1,6620
31	2,7440	2,3556	2,0395	1,6955	91	2,6309	2,2791	1,9864	1,6618
32	2,7385	2,3518	2,0369	1,6939	92	2,6303	2,2787	1,9861	1,6616
33	2,7333	2,3483	2,0345	1,6924	93	2,6297	2,2783	1,9858	1,6614
34	2,7284	2,3451	2,0322	1,6909	94	2,6291	2,2779	1,9855	1,6612
35	2,7238	2,3420	2,0301	1,6896	95	2,6286	2,2775	1,9853	1,6611
36	2,7195	2,3391	2,0281	1,6883	96	2,6280	2,2771	1,9850	1,6609
37	2,7154	2,3363	2,0262	1,6871	97	2,6275	2,2767	1,9847	1,6607
38	2,7116	2,3337	2,0244	1,6860	98	2,6269	2,2764	1,9845	1,6606
39	2,7079	2,3313	2,0227	1,6849	99	2,6264	2,2760	1,9842	1,6604
40	2,7045	2,3289	2,0211	1,6839	100	2,6259	2,2757	1,9840	1,6602
41	2,7012	2,3267	2,0195	1,6829	101	2,6254	2,2753	1,9837	1,6601
42	2,6981	2,3246	2,0181	1,6820	102	2,6249	2,2750	1,9835	1,6599
43	2,6951	2,3226	2,0167	1,6811	103	2,6244	2,2746	1,9833	1,6598
44	2,6923	2,3207	2,0154	1,6802	104	2,6239	2,2743	1,9830	1,6596
45	2,6896	2,3189	2,0141	1,6794	105	2,6235	2,2740	1,9828	1,6595
46	2,6870	2,3172	2,0129	1,6787	106	2,6230	2,2737	1,9826	1,6594
47	2,6846	2,3155	2,0117	1,6779	107	2,6226	2,2734	1,9824	1,6592
48	2,6822	2,3139	2,0106	1,6772	108	2,6221	2,2731	1,9822	1,6591
49	2,6800	2,3124	2,0096	1,6766	109	2,6217	2,2728	1,9820	1,6590

50	2,6778	2,3109	2,0086	1,6759		110	2,6213	2,2725	1,9818	1,6588
51	2,6757	2,3095	2,0076	1,6753		111	2,6208	2,2722	1,9816	1,6587
52	2,6737	2,3082	2,0066	1,6747		112	2,6204	2,2719	1,9814	1,6586
53	2,6718	2,3069	2,0057	1,6741		113	2,6200	2,2717	1,9812	1,6585
54	2,6700	2,3056	2,0049	1,6736		114	2,6196	2,2714	1,9810	1,6583
55	2,6682	2,3044	2,0040	1,6730		115	2,6193	2,2711	1,9808	1,6582
56	2,6665	2,3033	2,0032	1,6725		116	2,6189	2,2709	1,9806	1,6581
57	2,6649	2,3022	2,0025	1,6720		117	2,6185	2,2706	1,9804	1,6580
58	2,6633	2,3011	2,0017	1,6716		118	2,6181	2,2704	1,9803	1,6579
59	2,6618	2,3000	2,0010	1,6711		119	2,6178	2,2701	1,9801	1,6578
60	2,6603	2,2990	2,0003	1,6706		120	2,6174	2,2699	1,9799	1,6577

Lampiran 14 : Dokumentasi Penelitian



Shuttle Run :





Lari 40 Meter :



Menggiring bola :









